

USMM • SAISON 2025 - 2026					
SECTION FITNESS / MARCHÉ NORDIQUE / DANSE					
ACTIVITÉS & TARIFS - SEPTEMBRE 2025					
6 FORMULES D'ADHÉSION					
	ACTIVITÉ	TARIF	Commentaire		
1	FORFAIT ADULTES PASS ILLIMITÉ FITNESS+MARCHÉ NORDIQUE+DANSE	441 €	Accès libre et illimité à tous les cours de FITNESS+MARCHÉ NORDIQUE+DANSE Pour composer en toute liberté votre programme chaque semaine		
2	FORFAIT ADULTES FITNESS + MARCHÉ NORDIQUE	330 €	Accès libre et illimité à tous les cours de FITNESS + MARCHÉ NORDIQUE Pour composer en toute liberté votre programme chaque semaine		
3	FORFAIT ADULTES 2 ACTIVITÉS FIXES/SEMAINE 1 FITNESS/MARCHÉ NORD. + 1 DANSE	353 €	Les deux activités doivent être choisies 1 dans FITNESS <u>ou</u> MARCHÉ NORDIQUE <u>et</u> 1 dans DANSE		
4	FORFAIT ADULTES COMBO INTENSE CROSS TRAINING <i>NEW</i>	280 €	Accès libre à nos deux cours intensifs WOD (mercredi soir) et HIIT (samedi matin)		
5	SPECIAL ÉTUDIANTS FORFAIT FITNESS + MARCHÉ NORD.	305 €	Accès libre et illimité à tous les cours de FITNESS et MARCHÉ NORDIQUE Pour composer en toute liberté votre programme chaque semaine		
6	ADULTES - ENFANTS 1 ACTIVITÉ FIXE/SEMAINE	Cf. TARIFS PAR COURS CI-APRÈS	1 Activité fixe déterminée par l'adhérent(e) à l'inscription en FITNESS ou MARCHÉ NORDIQUE ou DANSE		
ADULTES - FITNESS • MARCHÉ NORDIQUE					
	ACTIVITÉ	TARIF	JOUR	LIEU	HORAIRES
	STRETCH & SCULPT	184 €	LUNDI	ROUSSEAU (dojo)	12H30-13H30
	ZUMBA	242 €	LUNDI	CERDAN (gymnase)	19H30-20H30
	BURN & SCULPT	229 €	LUNDI	CERDAN (gymnase)	20H30-22H00
	QI GONG	207 €	LUNDI	TRÉSO	19H45-20H45
	DEEP'N'SCULPT	193 €	LUNDI	TRÉSO	20H45-21H45
	QI GONG + DEEP'N'SCULPT	263 €	LUNDI	TRÉSO	19H45-21H45
	BOLLYX	199 €	MARDI	TRÉSO	18H30 - 19H30
	BOLLYX	199 €	MARDI	TRÉSO	19H30 - 20H30
	WOD	200 €	MERCREDI	CERDAN (STADE) ou TRÉSO	19H30-21H00
	PIL & FIT	184 €	MERCREDI	CERDAN (gymnase)	19H00-20H00
	PIL & FIT	184 €	MERCREDI	CERDAN (dojo)	20H00-21H00
	DEEP'N'SCULPT	193 €	JEUDI	TRÉSO	19H30-20H30
	MARCHÉ NORDIQUE	192 €	VENDREDI	CLAMART (bois)	09H10-11H10
	PIL & FIT	184 €	VENDREDI	ROUSSEAU (dojo)	12H30-13H30
	BURNING	202 €	VENDREDI	CERDAN (gymnase)	19H30-20H30
	DEEP'N'SCULPT	193 €	VENDREDI	CERDAN (gymnase)	20H30-21H30
	BURNING + DEEP'N'SCULPT	252 €	VENDREDI	CERDAN (gymnase)	19H30-21H30
	MARCHÉ NORDIQUE	192 €	SAMEDI	CLAMART (bois)	09H30-11H30
	HIIT	186 €	SAMEDI	LANDEVIN (gymnase)	09H00 -10H00
	ZUMBA	242 €	SAMEDI	NOTRE-DAME (gymnase)	10H30-11H30
	CARDIO BOXING	196 €	DIMANCHE	LÉNINE (gymnase)	09H45-10H45
ADULTES - DANSE					
	ACTIVITÉ	TARIF	JOUR	LIEU	HORAIRES
	MODERN JAZZ	302 €	MARDI	JEAN-JAURES (sous-sol)	20H30-22H00
	STREET JAZZ	298 €	JEUDI	TRÉSO	20H30-22H00
	HIP HOP	244 €	VENDREDI	CERDAN (gymnase)	18H30-19H30
	URBAN DANCE - FUNK	299 €	DIMANCHE	TRÉSO	11H00-12H30
ENFANTS - DANSE					
	ACTIVITÉ	TARIF	JOUR	LIEU	HORAIRES
	BREAK DANCE 7 - 10 ANS	230 €	LUNDI	TRÉSO	17H30-18H30
	BREAK DANCE 10 ANS et +	230 €	LUNDI	TRÉSO	18H30-19H30
	ÉVEIL CORPOREL 4 - 6 ANS	245 €	SAMEDI	TRÉSO	10H00-10H45
	INITIATION DANSE 6 - 8 ANS	246 €	SAMEDI	TRÉSO	11H00-11H45
ENFANTS - FITNESS					
	ACTIVITÉ	TARIF	JOUR	LIEU	HORAIRES
	CROSS & FIGHT TRAINING 6 ANS et +	241 €	MERCREDI	TRÉSO	17H30-19H00

AUCUN PAIEMENT VERSÉ NE SERA RESTITUÉ OU REMBOURSÉ • <https://www.usmmalakoff.fr/section-fitness-danse>