



20 Rue François Thermes
ZA DE GARBAN
81 990 Puygouzon

DEB'S, salle de remise en forme où l'évasion sportive se fait dans une ambiance conviviale.

- **DEB'S - Circuit training hydraulique** : 30 minutes suffisent à travailler en tonicité l'ensemble de votre corps. Les appareils hydrauliques permettent un renforcement musculaire adapté à votre condition physique. Le circuit est **réservé aux femmes**, sans jugement, miroir ou compétition, le tout dans une ambiance conviviale et chaleureuse. **L'accueil et le suivi** personnalisé se fait à chaque instant de la journée. Une coach vous assiste, vous motive et vous conseille. Sans la solliciter elle sait être présente pour vous aider à atteindre vos **objectifs**.
- **Activité Physique Adaptée (APA)** : L'APA est un traitement à part entière de certaines pathologies chroniques pour vous permettre de **vivre mieux**, de prévenir d'éventuelles complications et de limiter des handicaps liés à la maladie. Un **programme et des séances adaptés** sont ensuite proposés afin d'établir un contrat de confiance.
- **Naturopathie** : Accompagnement individualisé qui vise à établir une hygiène de vie adaptée et optimale afin de préserver votre santé. Les trois grands axes : **alimentation, gestion du stress et exercices physiques**.
- **Cours collectifs** : Yoga

LES TARIFS ET FORMULES DEB'S :

Frais d'adhésion : 80€ → **Offre = 56€**

- Annuel : 39,90€ / mois, engagement 12 mois → **Offre = 1 Mois offert**
- Mère/Fille* : 49,90€ / mois, engagement 12 mois → **Offre = 1 Mois offert**
- Mensuel : 50€ / mois, sans engagement
- Pass 12 mois : 431€, engagement 12 mois → **Offre = 1 Mois offert**

*L'enfant doit être mineure

LES TARIFS ET FORMULES APA :

- Bilan Santé : 35€
- Séance : 8€