

TARIFS 2020



COURS MULTIFIT

	Séance(s)	Tarif
Cours Multifit en salle d'Coque Studio, Body Shape, Core Training, Yoga, Pilates	1	12.00€
Cours Multifit aquatiques Aqua Fit, Aqua Jogging	1	12.00€



COURS EN SALLE

	Séance(s)	Tarif
École du dos	10 + 1 séance de rattrapage	165.00€
Group Cycle	1	15.00€



COURS AQUATIQUES

	Séance(s)	Tarif
Aqua Biking	1	15.00€
Cours de Natation Débutant	10	145.00€
Cours de Natation Intermédiaire	10	145.00€
Cours de Natation Perfectionnement	10	135.00€



COURS D'ESCALADE

	Séance(s)	Tarif
Séance d'essai (équipement compris)	1 x 2h00	28.00€
Top Rope (équipement compris)	1 x 3h00	83.00€
Lead Climbing (sans équipement)	2 x 2h30	83.00€
Cours adulte avancé (sans équipement ni entrée)	5 x 2h00	55.50€



HORAIRES DES COURS ADULTES 2020



Version octobre 2020 (infos & mises à jour sur www.coque.lu)

HORAIRES DES COURS ADULTES 2020

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
07h15 - 08h00			Cours Natation (débutant)		Cours Natation (intermédiaire)		
09h30 - 10h15							Cours Natation (intermédiaire)
10h45 - 11h30							Aqua Biking
11h45 - 14h15	d'Coque Studio	d'Coque Studio	d'Coque Studio	d'Coque Studio	d'Coque Studio		
11h45 - 12h30							Aqua Fit
12h00 - 14h00			École du dos				Cours d'escalade Séance d'essai
12h30 - 13h15	Pilates	Group Cycle	Group Cycle	Aqua Jogging	Group Cycle		
	Aqua Fit	Aqua Biking	Aqua Biking		Aqua Fit		
12h30 - 13h30				Yoga			
18h30 - 19h15			Pilates	Core Training			
18h30 - 19h30	Yoga	Body Shape					
18h30 - 20h30					Cours d'escalade Adulte avancé		
18h30 - 21h00		Cours d'escalade Lead Climbing (perfectionnement)					
18h30 - 21h30	Cours d'escalade Top Rope (basic)		Cours d'escalade Top Rope (basic)				
19h00 - 19h45		Aqua Biking		Aqua Biking			
19h15 - 20h00			Aqua Fit				
19h45 - 20h30	Cours Natation (débutant)				Cours Natation (débutant)		
19h45 - 20h45				Cours Natation (perfectionnement)			

Accès aux cours uniquement sur **réservation préalable**.
Rendez-vous sur <http://shop.coque.lu>

Pour nos offres "**Personal Training**", veuillez nous contacter :
Tél. : +352 43 60 60 888 ou e-mail à reservation@coque.lu