Tonus
Centre de mise en forme

&

AREQ

Partenaires de votre bonne forme !
La vie avec Tonus.

Les membres de **l'AREQ** bénéficient d'un **rabais approximatif de 15% sur l'abonnement annuel** comprenant :

- **Évaluation initiale** de la condition physique et **1 programme d'entraînement personnalisé**;
- **Révisions de programme** d'une durée d'une heure avec forfait ou à la carte (en sus);
- Appareils pour entraînement **musculaire** et **cardiovasculaire**;
- Poids libres, **circuit hydraulique pour entraînement en 30 minutes** et coin flexibilité;
- Coin enfants (3 ans et plus) avec télé, vidéo, jouets;
- Douches, casiers, saunas, coin détente et lecture;
- Tarif mensuel **aussi valable pour le conjoint et les enfants**; (*minimum 12 ans)
- Service de Kinésiologue et de Nutritioniste disponible. (*service en sus)

Votre investisement santé de 487,90 $

est payable par 1 versement de 82,77 $ et de 11 versements de 36,83 $. (taxes et 4 programmes inclus)

Tonus, centre de mise en forme
10965, 2ième avenue(Derrière l'aréna)
418-227-3737

Rejoignez-nous sur Facebook : ww.facebook.com/centretonus

* Les tarifs sont sujets à changement sans préavis.

ESSAI GRATUIT
Avec ou sans entraîneur(e)

Nom du membre : _____ Date : _____

Nous vous remercions de présenter ce coupon pour bénéficier de votre première séance gratuite.
L'essais avec entraîneur est offert sur rendez-vous au 418 227-3737.

PAS LE TEMPS DE VOUS ENTRAÎNER ...

Nombre d'heures dans une semaine	168 heures
moins : heures de sommeil	- 56 heures
moins : heures de travail	- 40 heures
	72 heures

Vous disposez de
***72* HEURES**
à utiliser selon vos priorités.

L'entraînement physique, à raison de trois séances par semaine, nécessite (incluant la douche et le déplacement) un total de **4 HEURES ET DEMI**.

Voilà un investissement judicieux et raisonnable en termes de temps et qui rapportera gros sur les plans de votre **santé** et de **votre mieux-être !**

Inscrivez à votre agenda dès maintenant ce rendez-vous