



NOUVEAU ELECTRO-MYO-STIMULATION dit "EMS"

Optimisez vos performances sportives, sculptez votre corps en agissant sur vos muscles en profondeur et réduisez vos éventuelles douleurs chroniques.

RÉSERVATION obligatoire



SÉANCE DE 20 MIN. = 4H DE SPORT

Équipement sans fils de remise en forme et de soin corporel « corps entier » grâce à 20 électrodes (quadriceps, ischios jambier, fessiers, abdos, pectoraux, lombaires, dorsaux, trapèzes, biceps et triceps). Les impulsions basses fréquences indolores gérées par le coach permettent à vos muscles de travailler en profondeur et de multiplier par 18 les résultats obtenus.

Séances EMS de **2 personnes maximum** à partir de 18 ans encadrées sur place par **Corentin Billy Coach Sportif**.

PERSO **1 séance 37€** location de sous vêtements spécifiques incluse
DUO **1 séance 54€**

Les formules "Perso" ne constituent pas des séances particulières. Elles donnent accès à des séances de 2 personnes max.

Abonnements

Abonnement annuel
1 séance hebdo.

PERSO 90€/MOIS
DUO 135€/MOIS

Abonnement semestre
1 séance hebdo.

PERSO 105€/MOIS
DUO 160€/MOIS

Séance suppl. 27€/PERS.

Carte
10 séances
(valable 6 mois)

PERSO 310€
DUO 440€



NOUVEAU LE COIN FITNESS

Un espace de 43 m² dédié au coaching et à la pratique du cross-training, avec coach ou en accès privatisé.

RÉSERVATION obligatoire



> PRIVATISATION de l'espace (sans coach)
20 €/h/1 pers. et 2 €/pers. suppl.

> SÉANCE DE COACHING avec le coach Corentin Billy
48 €/h/1 pers.
(3 pers max - tarifs dégressifs)

> LOCATION PAR ABONNEMENT pour les coachs sportifs professionnels avec clients*.



BY
Alpsquash

Alpsquash

Espace Sud
332 rue des Tabellions
05100 Briançon
(à 200 m après Intersport)

contact@alpsquash.com
04 92 48 59 19
alpsquash.com



HORAIRES D'OUVERTURE
Lundi, Mardi
Mercredi et Jeudi
> 10h à 21h
Samedi
> 14h30 à 20h30
Dimanche
> 10h à 12h - 15h à 18h

FERMETURE HEBDOMADAIRE
> Le Vendredi, toute l'année
> Fermeture les Vendredis, Samedis et Dimanches du 15 juin au 31 août

UNE PAUSE S'IMPOSE !

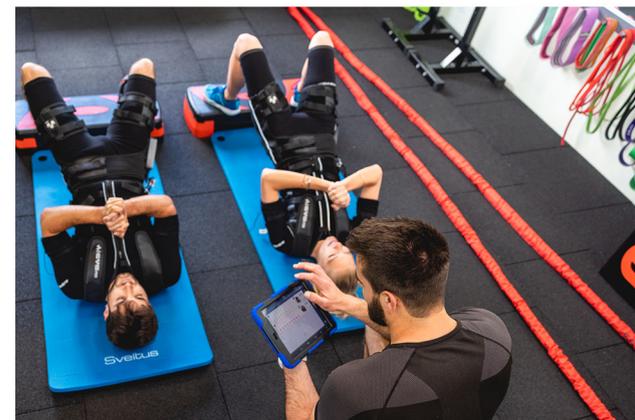
BAR
 PIZZA MAISON
 PETITE RESTAURATION

FACILITEZ-VOUS LE DÉPLACEMENT !
à Alp'Squash réservez votre trajet WiiLiik avec votre séance de sport !



Alpsquash

BADMINTON - AQUABIKE - SAUNA JAPONAIS - ELECTROSTIMULATION - LE COIN FITNESS



"Je vous propose des séances en coaching privé adaptées à votre demande et surtout à vos capacités physiques, en salle à Alp'Squash Le Coin fitness, en extérieur, ou sur la terrasse Alp'Squash aménagée pour les beaux jours."

DIPLÔME D'ETAT D'ÉDUCATEUR SPORTIF
Licence STAPS d'entraîneur sportif UFRAPS Grenoble
CGP : jeux sportifs et jeux d'opposition (JSJO) /
BPJEPS Activités de la forme, mention "haltérophilie et musculation" / **FORMATION spécifique à l'utilisation de l'équipement EMS Wiems Pro.**



CORENTIN BILLY COACH SPORTIF

©ESQUIS - Photos : Yvon Mougel - Thibaut Durand

- BIEN-ÊTRE** 2 Saunas japonais en cabine individuelle
2 Aquabike en cabine individuelle
- RAQUETTES** 2 Courts de squash
2 Terrains de badminton
- COACHING** Electro-myo-stimulation
Le Coin Fitness

Sans oublier votre espace accueil, bar et petite restauration !

SAUNA JAPONAIS

Détoxifiez, tonifiez, régénérez votre corps une technologie innovante au service du bien-être.

1 séance 26€

Séance infrathérapie de 40 min.

La chaleur est diffusée par infrarouges longs : des faisceaux lumineux, imperceptibles à l'œil nu, qui traversent la peau jusqu'à 4,8 cm de profondeur. Ils réchauffent le cœur du tissu musculaire. Les muscles se décontractent en profondeur, les tensions superficielles disparaissent.

Séances à la carte

CARTE FAMILLE

RÉSERVATION CONSEILLÉE

5 séances (valable 3 mois)	120€
10 séances (valable 6 mois)	200€
20 séances (valable 1 an)	370€
30 séances (valable 1 an)	510€



AQUABIKE

1 séance 29€

Séance de 30 min.

Pour une silhouette affinée, une peau plus lisse, des cuisses plus fermes... sans courbature !

En baignoire individuelle, équipée de 22 jets d'hydromassage, vous choisissez la température de l'eau entre 15°C et 25 °C, et vous pédalez en musique selon un programme d'efforts choisi.

Séances à la carte

CARTE FAMILLE

RÉSERVATION CONSEILLÉE

10 séances (valable 4 mois)	240€
20 séances (valable 6 mois)	380€

Abonnement annuel

Abonnement nominatif
Engagement sur 1 an

Abonnement annuel, 1 séance hebdo	48€/mois
Séance suppl. pour les abonné(es) annuels	12€

BY
Alpsquash



Tous nos appareils sont nettoyés et désinfectés après chaque séance

Conditions de vente disponibles au complexe et sur notre site web



SQUASH & BADMINTON

Séance Squash de 45 min. / Séance Bad de 1h

1 séance 10€/PERS

Heures matinée
Squash 10h > 13h45
Badminton 10h > 14h

1 séance 11€/PERS.

Heures journée
Squash 13h45 > 21h15
Badminton 14h > 21h

Abonnements annuels

JEUX ILLIMITÉS*

*1 séance/jour max Engagement sur 1 an (voir conditions de vente)	Abonnement nominatif	35€/mois
	2 ^{ème} abonnement nominatif (conjoint ou enfant)	29€/mois
	Abonnement terrain (badminton et squash)	67€/mois

Séances à la carte

CARTE FAMILLE

RÉSERVATION CONSEILLÉE

20 séances (valable 4 mois)	190€
50 séances (valable 1 an)	395€

Cours avec moniteur

badminton ou squash
Renseignez-vous à l'accueil

Location Adulte et enfant

Chaussures indoor obligatoires sur les terrains de badminton et courts de squash

Chaussures indoor	2€
Raquette	2€
Balle	0,50€
Volant à la vente exclusivement	

Vente et tests de matériel (squash et badminton)

BY
Alpsquash