

# L'Hemisphere Club de Sport



Crédit : Lafayette Club de Sport - La Baule\_4 (L'Hemisphere Club de Sport)

## Infos pratiques

Catégorie : A faire

# Description

Vous vous sentez fatigués ? Vous voulez perdre du poids, vous retonnifier ? Ou tout simplement vous sentir mieux ? Lafayette club de sport s'occupe de vous et vous propose des activités de remise en forme avec des cours collectifs comme la ZUMBA, le pilates, le step, le renforcement musculaire et le stretching. Le club propose également les cours collectifs LES MILLS, BODYPUMP, BODYBALANCE ET BODYATTACK cours de grande qualité développés dans les plus grands clubs du monde. Vous pouvez aussi parfaire votre entraînement sur un espace de condition physique avec appareils cardio-training Technogym (pour la perte de poids et l'entraînement cardio-vasculaire) et machines de musculation Technogym (pour retonnifier vos muscles). Le club vous proposera un encadrement et un suivi personnalisé dès votre arrivée dans le club pour atteindre vos objectifs. Possibilité d'assister aux cours collectifs et également d'accéder à la salle de remise en forme. Des formules existent pour les vacanciers. Ne pas hésiter à se renseigner par téléphone.

# Situation géographique



# Toutes les informations pratiques

## Contact

3 place Lafayette  
44500 LA BAULE-ESCOUBLAC  
[lhemisphere.labaule@gmail.com](mailto:lhemisphere.labaule@gmail.com)