



## Nouveau Centre de Conditionnement Multidisciplinaire

**Action** **Musculation** **Mise en Forme** *Cardio* **Santé**  
*Bien-être* **Dépassement de soi** **Respect** **Développement**  
*Motivation*  
**Plaisir** **Tout Le monde**

Pour nous contacter:

Téléphone:

**Amélie Bernier: (418) 559-6899**

**Marcia Bernier:**

**(819) 446-0677 ou (418) 486-2772**

Courriel: [iGym93@outlook.com](mailto:iGym93@outlook.com)

# Plan de Partenariat 2016

# Présentation

## Mission :

- ✓ **Promouvoir** et **favoriser** l'adoption **d'activités physiques**.
- ✓ **Améliorer** et **maintenir** la condition de santé et **l'hygiène de vie**, dans un souci de **bien-être** pour les citoyens de la région.
- ✓ **Inciter** les gens de la communauté à venir au iGym pour effectuer un entraînement physique.
- ✓ **Offrir** des services tels que des cours spécifiques, conseil de nutrition, programme adapté à la demande de l'abonné.

## Vision :

- ✓ **Être** l'endroit le plus **chaleureux, dynamique**, motivant que tout le monde de la région choisi, afin de venir exercer un effort physique qu'il lui convient.
- ✓ **Devenir** un emplacement **essentiel** pour les gens de la région
- ✓ **Offrir** un service **nouveau et différent**

## Valeurs :

- ✓ Indépendant **du sexe, poids, l'âge, provenance, niveau de condition physique**, **tout le monde** est bienvenu en tout temps.
- ✓ **Créer** un lien d'appartenance avec la communauté.
- ✓ **Dépassement de soi**
- ✓ **Motivation**
- ✓ **Respect de tous et chacun**
- ✓ **Entraide**
- ✓ **Assurer** que tous, hommes et femmes **accèdent à leurs objectifs personnels**.

# Projet qui nous vise directement et nous tient à cœur

Ce centre de conditionnement comprend:

- ✓ Une aire pour améliorer le **cardiovasculaire** et une pour la **musculature**
- ✓ Deux vestiaires: un pour les hommes et un pour les femmes avec salles de bain complète.
- ✓ **Accueil:** accès avec cartes magnétiques, **7** jours sur **7** de **5H00 AM à 23H00 PM**
- ✓ Système de surveillance par caméra, système de son, télévisions
- ✓ **Cours polyvalents offerts:** cours de groupe; **iFit** (crosstraining, entraînement en circuit), **Zumba**, et autres( Yoga, pilates, etc.)

# Tarifification

-Toujours le droit à un essaie gratuit :  
salle d'entraînement

-Aucun frais d'adhésion

-Payer la carte d'accès ( \$)

-Preuve pour les étudiants (18 ans et -)

et 65 ans et +

-Nous pouvons reporter l'abonnement:

preuve

-Remplir formulaire de santé et  
décharge

Salle d'entraînement illimité pour une durée de :	<u>Adulte</u>	<u>2<sup>ème</sup> membre (couple), Étudiant et 65 ans et + (-10%)</u>
<u>À la fois</u>	8\$ 7\$+tx	8\$ 7\$+tx
<u>Carte de 10 fois</u>	72\$ 62.60\$+tx	72\$ 62.60\$+tx
<u>1 mois</u>	62\$ 54\$+tx	55,88\$ 48,6\$ +tx
<u>3 mois</u>	138\$ 120\$+tx	124.20\$ 108\$+tx
<u>6 mois</u>	253\$ 220\$+tx	227.65\$ 198\$ +tx
<u>12 mois</u>	379.5\$ 330\$+tx	341.47\$ 297\$+tx

<b>Cours : iFit (10semaines)</b> Lundi de 18h30 à 19h15 et Jeudi de 18h00 à 18h45	<u>Adulte</u>
<u>À la fois</u>	15\$
<u>1 fois par semaine</u>	120\$
<u>2 fois par semaine</u>	220\$
<b>Yoga (12 semaines)</b> Mercredi de 1h30 à 15h00 et Jeudi de 19h00 à 20h30	180\$
<b>Zumba (10 semaines)</b> Mardi de 19h00 à 20h00	
<u>À la fois</u>	12\$
<u>1 fois par semaine</u>	85\$

# Nos Fiers Partenaires

- ✓ Meubles Rousseau
- ✓ CI Braber
- ✓ La SPIL
- ✓ AD Bernier
- ✓ L'inter Marché et Fils
- ✓ Granit Évolution
- ✓ Construction François Bolduc
- ✓ Les Portes Lambton
- ✓ Construction Agrico
- ✓ A. Lacroix Granit
- ✓ Pharmacie Manon Roy
- ✓ Kaneva (Karine Richard)
- ✓ Plomberie LC
- ✓ Jocelyn Roy Électrique
- ✓ Les Mousses de l'Estrie
- ✓ RG Solution
- ✓ Blais Design
- ✓ Estampro
- ✓ Tous nos actionnaires privilégiés
- ✓ Tous nos bénévoles

**Un gros MERCI!!!**