

DOSSIER DE PRESSE

Club Med 
Gym UN CORPS SAIN
DANS UN ESPRIT CLUB

CLUB MED GYM EN QUELQUES MOTS

Fondé en 1979 et dirigé par Franck Gueguen depuis 2004, Club Med Gym compte 22 établissements parisiens, dont un club exclusif Pure Club Med Gym Bastille et plus de 70 000 adhérents, ainsi que des enseignes en entreprises via Club Med Gym Corporate. Leader français du fitness, créateur de bien-être, Club Med Gym s'appuie sur son expertise pour combler des actifs urbains, grâce à une offre complète et unique. Ainsi, 56 activités originales et novatrices sont proposées, soit 2 500 cours par semaine, 9 piscines, 2 spas Carita et Décléor.

Au total, l'enseigne gère près de 80 espaces sportifs, animés par des professionnels issus de l'Institut des Métiers de la Forme, son centre de formation.



SOMMAIRE

	Pages
1/ CLUB MED GYM LA RÉFÉRENCE FITNESS AU CŒUR DE PARIS	1 - 4
2/ LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES ET BIEN PLUS ENCORE...	5 - 11
3/ WAOU CLUB MED GYM : DES CLUBS D'EXCEPTION	12 - 13
4/ PURE CLUB MED GYM : UNE AUTRE VISION DU FITNESS	14 - 17
5/ L'INSTITUT DES MÉTIERS DE LA FORME (IMF) UNE FORMATION PROFESSIONNELLE RECONNUE, SIGNÉE CLUB MED GYM	18 - 19
6/ CLUB MED GYM CORPORATE UN CONCENTRÉ DE BIEN-ÊTRE AU CŒUR DES ENTREPRISES	20 - 21
7/ INFORMATIONS PRATIQUES	22 - 23

POUR EN SAVOIR PLUS

www.clubmedgym.com – Relations Médias FHCOM
42, rue des Jeûneurs – 75002 Paris – Tél. : 01 55 34 24 24 – Fax : 01 55 34 24 25
e-mail : agence@fhcom.net - www.fhcom.net

CLUB MED GYM : LA RÉFÉRENCE FITNESS AU COEUR DE PARIS

Leader français du fitness, Club Med Gym cultive son expertise depuis plus de 30 ans et a su s'imposer comme l'acteur le plus renommé sur un marché particulièrement concurrentiel. Expression de son savoir-faire et d'une connaissance approfondie des attentes du public, la qualité de ses établissements, de ses équipements et de ses équipes fait aujourd'hui référence. Ainsi, son offre complète séduit les sportifs amateurs ou néophytes en quête de bien-être, mais aussi des professionnels qui viennent se former dans son Institut des Métiers de la Forme (IMF), ainsi que des entreprises qui lui confient la conception et la gestion de leur espace fitness.

LE LEADER DEPUIS 30 ANS

L'histoire de Club Med Gym remonte à 1979, lors de la fondation de la société Gymnase Club. Ayant progressivement étendu son réseau, celle-ci est rachetée par le Club Méditerranée en 2001. **Dès 2002, la marque Club Med Gym est lancée**, revisitant les établissements existants pour proposer un nouveau concept de club.



UN PASSIONNÉ À LA TÊTE DE CLUB MED GYM

Franck Gueguen a rejoint le Club Méditerranée en 1976 et évolué au sein du groupe jusqu'aux plus hautes fonctions (ressources humaines, Directeur Australie Pacifique, Comité de Direction Générale). Il a ensuite été nommé en 2004 président du Club Med Gym. Membre du Board aux côtés de l'EHFA (European Health & Fitness Association) qui représente les professionnels du fitness en Europe, il contribue à promouvoir les bienfaits d'une pratique sportive régulière sur la santé.

Il a également reçu la récompense d'entrepreneur de l'année 2011 au cours du 11^e congrès européen du fitness IHRSA (International Health, Racket & Sportsclub Association), à Milan. Ce prix est attribué à une personnalité qui contribue de manière significative au développement du fitness en Europe.



Depuis 2008, Club med Gym a pris son indépendance grâce au fond d'investissement 21 Contrôle Partners.



"UN CORPS SAIN DANS UN ESPRIT CLUB"

Club Med Gym se distingue sur le marché du fitness par une approche qui lui est propre, **héritage de 30 ans de savoir-faire et de passion du sport**. Depuis 2010, celle-ci s'exprime à travers la signature : "Un corps sain dans un esprit club".

En interne, les équipes de Club Med Gym partagent les valeurs de l'enseigne, offrant aux adhérents tous les gages d'une pratique sportive et d'un service de qualité : **convivialité, liberté, innovation, plaisir et engagement**.

DES ÉQUIPES QUALIFIÉES ET DÉVOUÉES

Club Med Gym est reconnu pour le professionnalisme de ses équipes, depuis l'accueil jusqu'au conseil, en passant par l'accompagnement, l'animation ou encore la formation. Ce savoir-faire est le fruit d'une **véritable exigence qui se traduit à travers la politique de recrutement et de management** de l'enseigne. Aujourd'hui, elle emploie environ 650 collaborateurs, dont 300 conseillers sportifs.

Les coaches Club Med Gym encadrent un public aussi bien débutant que confirmé, dont les objectifs comme les capacités varient, mais toujours à la recherche d'un accompagnement de qualité. Pour apporter pleine satisfaction aux adhérents, tous les conseillers sportifs sont titulaires d'un Brevet d'État des Métiers de la Forme ou d'un Brevet Professionnel Jeunesse, Éducation Populaire et Sport (JEPS) dédié aux Activités Gymniques, Forme et Force (AGFF). De même, les maîtres-nageurs sont diplômés d'un Brevet d'État des Activités de la Natation.

CLUB MED GYM EN CHIFFRES

CLUB MED GYM, C'EST AUSSI UNE INFRASTRUCTURE UNIQUE, AVEC :

- 56 activités différentes, soit 2 500 heures de cours chaque semaine
- 22 clubs au total, dont 3 segments : Pure Club Med Gym, Waou Club Med Gym et Club Med Gym
- 9 piscines, 2 spas Carita / Decléor, 22 saunas, 13 hammams, 11 studios de cycling et 1 restaurant Côme
- Des horaires d'une amplitude allant de 7h à 23h

ET PLUS DE 70 000 ADHÉRENTS, PARMI LESQUELS ON RETROUVE DES PROFILS SOCIODÉMOGRAPHIQUES VARIÉS :



- Une parité quasi parfaite : 49 % de femmes et 51 % d'hommes



- Toutes les tranches d'âge : 8,5 % de moins de 25 ans, 22,8 % de 25-30 ans, 16,3 % de 31-35 ans, 12,6 % de 36-40 ans, 9,7 % de 41-45 ans, 8,2 % de 46-50 ans, 9,6 % de 50-55 ans, 12,4 % de plus de 55 ans



- Des catégories socioprofessionnelles éclectiques : 41 % de cadres ou cadres supérieurs et 35 % d'employés



- 60 % de célibataires et 40 % de personnes en couple

DES MODES DE CONSOMMATION TRÈS DIFFÉRENTS :

- En moyenne, les adhérents de Club Med Gym effectuent 60 séances par an, soit 1,5 chaque semaine, et ils sont 60 % à se rendre dans leur club plus d'une fois par semaine.
- Sur la durée de leur abonnement (90 % des adhésions étant enregistrées sur une base annuelle), ils fréquentent 2,2 clubs et pratiquent 3,5 types d'activités sur les 11 qui leur sont proposés : cardio, renforcement musculaire, danse, assouplissement, disciplines aquatiques, poids libre, plateau cardio, musculation, piscine, sauna et hammam.

SUR LE WEB, CLUB MED GYM, C'EST :

- 1,2 million de visiteurs uniques par an sur le site www.clubmedgym.com
- 8,3 millions de pages vues par an
- 30 000 téléchargements de l'application mobile pour iPhone et Android depuis son lancement en 2011
- 10 000 fans sur la page Facebook : <http://www.facebook.com/clubmedgym>



PARMI LES ADHÉRENTS, ON DISTINGUE AINSI DIFFÉRENTS PROFILS :

47 %

- Les **"sportifs"** (47 % des adhérents), qui jugent l'activité physique vitale. Misant sur l'efficacité et la rentabilité, ils apprécient de pouvoir pratiquer régulièrement à proximité de leur domicile ou de leur lieu de travail.

22 %

- Ceux qui veulent **"tout tout de suite"** (22 % des adhérents) et souhaitent notamment perdre du poids ou se muscler. Ils aiment être guidés pour établir un programme, apprendre à utiliser les équipements et se sentir encouragés.

17 %

- La clientèle **"standing"** (17 % des adhérents), qui pratique plus ou moins assidûment et n'est pas motivée uniquement par le sport. Elle veut aussi rencontrer d'autres personnes, appartenir à un club et qu'on prenne soin d'elle.

14 %

- Les **"dilettantes"** (14 % des adhérents), qui préfèrent le hammam et la piscine pour se faire du bien et rester en forme. Ils recherchent également des cours pour débutants, afin de découvrir des activités dans un univers accueillant.

DES PARTENAIRES AUSSI PRESTIGIEUX QUE COMPLÉMENTAIRES

Soucieux d'offrir toujours plus de bien-être et de privilèges à ses adhérents, Club Med Gym noue régulièrement des partenariats avec **des acteurs du monde sportif ou des marques reconnues dans divers domaines**. Ces rapprochements permettent à l'enseigne d'étoffer son offre et de proposer des services haut de gamme.

Référence historique dans la conception d'équipements sportifs, **adidas** fait équipe avec Club Med Gym depuis 2009. Ainsi, la marque aux trois bandes renforce sa visibilité au sein des clubs de l'enseigne, tandis que les adhérents bénéficient d'opportunités exclusives pour enrichir leurs expériences autour du fitness. En effet, des ambassadeurs adidas, grandes figures du sport, réalisent régulièrement des démonstrations dans les clubs, participent à des événements à la fois sportifs et ludiques et mettent au point des activités inédites (Adi Yoga, Adi Dance, Adi Combat, Adi Zone Cycling...).

Quant aux adhérents de Pure Club Med Gym, ils sont invités à se refaire une beauté après leur séance de sport avec la complicité de **Babyliss Paris**. Reconnue comme experte de la coiffure, la marque met à leur disposition, dans un espace réservé au sein des vestiaires et à discrétion, son matériel dernière génération : lisseur, fer à friser, brosse rotative...

Les Waou Club Med Gym Auteuil et Maillot disposent également d'un spa, accompagné de soins visage et corps, répondant à toutes les envies (hydratant, revitalisant, apaisant, antiâge et antirides, modelage, gommage...). Dans ce cadre, l'enseigne s'est rapprochée de deux grands noms de la cosmétologie : **Decléor**, spécialiste des huiles essentielles, et **Carita**, légendaire maison dédiée à la "Haute Beauté".

Pour faire du Waou Club Med Gym un lieu où effort et réconfort vont de pair, l'enseigne a inauguré un tout nouveau concept aux côtés de **Côme**, restaurateur haut de gamme. Une cantine chic accueille ainsi les adhérents pour une pause gourmande, légère et équilibrée. Au menu : une carte éclectique, des salades à composer soi-même ou encore les plats originaux et délicats du chef Stéphane Marion.

Enfin, dans le magasin **EA Pharma** du 9^e arrondissement parisien, les adhérents de Club Med Gym bénéficient d'une réduction de 10 %. Expert en nutrithérapie, en oligothérapie et en compléments alimentaires, ce laboratoire pharmaceutique a vocation à améliorer de façon naturelle la qualité de vie des personnes soucieuses de leur santé, de leur bien-être et de leur corps.

UN ESPRIT TRÈS VIP

Pour les remercier de leur fidélité, les adhérents VIP de Club Med Gym bénéficient de réductions et d'avantages exclusifs auprès des partenaires de l'enseigne :

Carita,

Decléor,

Elite,

Harmonia Mundi,

Kitchendiet,

L'Usine@Design...

De plus, différents services leur sont proposés dans leur club, comme la mise à disposition d'un casier à l'année, par exemple.



LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

Dans un esprit d'innovation permanente, Club Med Gym lance chaque année des cours inédits et offres exclusives, mais aussi des services personnalisés et des équipements de pointe : de quoi permettre à ses adhérents d'établir un programme sportif sur mesure pour se perfectionner, se défouler ou se détendre. Sans oublier un programme complet d'activités adaptées à tous les niveaux et à toutes les envies.

DES COURS INÉDITS

Jamais à court d'inspiration et désireuse de proposer des activités différentes, **l'enseigne conçoit régulièrement de nouveaux cours**. Parmi les plus récents, les adhérents ont ainsi pu découvrir :

- L'Adi Yoga et le Fly Yoga pour les activités d'assouplissement et de bien-être.
- L'Aqua Cycling et l'Aqua Running pour les activités aquatiques.
- L'Adi Zone Cycling et le Jump Fit pour les activités cardio-vasculaires.
- Le CXWorx, le TRX et la Zumba Toning pour les activités de renforcement musculaire.
- Le Sh'Bam et la Zumba Fitness pour la danse.



PIANO ET SQUASH : LES EXCLUSIVITÉS DU CLUB MED GYM MONTPARNASSE

Ouvert 7 jours sur 7 et situé rue de Rennes, le Club Med Gym Montparnasse est l'un des plus prisés de la capitale. La raison ? Ses 7 studios de musique pour apprendre le piano et ses 6 cours de squash pour s'initier à cette discipline.

LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

LE COACHING : UN SUIVI SUR MESURE

Afin de proposer un accompagnement vraiment personnalisé, Club Med Gym a mis en place différentes formes de suivi. Tout d'abord, le **coaching en salle** : une équipe de conseillers sportifs diplômés et expérimentés guide les adhérents pour les aider à optimiser leurs performances sportives, en leur proposant des prestations sur mesure, qui s'adaptent à leurs souhaits comme à leurs agendas.



Pour se défouler entre amis et profiter en groupe de 4 à 6 personnes de tous les avantages d'un entraînement personnalisé, le **Small Group Training** invite à vivre une expérience intense, qui fait primer l'esprit d'équipe et décuple la motivation. Pendant une heure, les adhérents découvrent ainsi des activités ludiques et variées pour passer à un niveau d'entraînement supérieur.

Enfin, à travers l'offre **Home Club Med Gym**, il est également possible de bénéficier des services d'un coach à domicile. Une offre qui compte de nombreux avantages : une grande amplitude horaire (7 h-22 h et 7 jours sur 7), la mise à disposition des équipements nécessaires par l'entraîneur et la possibilité de partager ces cours à 2 ou 3 personnes. Après avoir évalué le niveau sportif de l'adhérent, le coach détermine avec lui ses priorités et établit un programme sur mesure.

B24-06 : LA PREMIÈRE AGENCE DE SPORT À DOMICILE DE LUXE

En se rapprochant de B24-06 pour formaliser son offre Club Med Gym, l'enseigne a une fois de plus fait le choix de la qualité. Première agence de sport à domicile de luxe, B24-06 met ses entraîneurs sportifs, tous diplômés d'État et dotés d'une solide expérience de l'entraînement physique auprès des particuliers, au service des adhérents de Club Med Gym.

LES 5 FORMULES DE COACHING INDIVIDUEL EN SALLE

- **"Forme"** pour entretenir sa condition physique.
- **"Stretching"** pour éliminer les tensions physiques et émotionnelles.
- **"Boxing"** pour se défouler tout en travaillant force et vitalité.
- **"Swimming"** pour s'assouplir et raffermir ses muscles.
- **"Pilates"** pour se tonifier en douceur et en respectant l'équilibre du corps.

Ce service est accessible dans les Club Med Gym Élysées, Défense Coupole, Italie, Levallois, République et Vaugirard, ainsi que dans les Waou Club Med Gym Auteuil, Bercy, Grands Boulevards, Maillot.



LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

ÉVALUER SA CONDITION PHYSIQUE GRÂCE AU LABOFORME

À l'attention de ceux qui souhaitent **reprendre le sport en toute sécurité** ou **évaluer leur condition physique**, Club Med Gym a lancé le LaboForme. En début ou en fin d'abonnement, cette formule permet d'analyser ses aptitudes sportives, mais aussi de se voir conseiller des exercices correctifs sur mesure.

Deux options sont proposées :

- **"Posture"** pour détecter ses mauvaises habitudes posturales et les corriger.
- **"Jeunesse"** pour mesurer son âge physiologique et le comparer à son âge réel.

Répondant aux objectifs d'accompagnement sportif des adhérents, l'offre LaboForme est accessible pour tout nouvel abonnement ou à la séance dans l'ensemble des Waou Club Med Gym et dans certains Club Med Gym.

LE PASS'SPORT POUR UN PROGRAMME PERSONNALISÉ

Grâce au Pass'Sport, chaque adhérent bénéficie de **rendez-vous individuels avec un conseiller sportif**. Ainsi, il peut établir un programme d'entraînement spécifique afin de s'assurer un suivi personnalisé et une pratique sportive correspondant à ses objectifs et à ses besoins. Ce Pass'Sport s'applique à 4 séances, ce qui permet d'ajuster le programme selon l'évolution de la condition physique de l'adhérent.



DES ÉQUIPEMENTS DE POINTE

Club Med Gym met un point d'honneur à doter ses clubs d'équipements de cardio-training et de musculation haut de gamme, notamment dans les Waou Club Med Gym et le Pure Club Med Gym. Pour cela, l'enseigne s'appuie sur le savoir-faire de **Technogym**, prestigieux fabricant italien reconnu pour ses produits révolutionnaires. Quant aux Club Med Gym, ils sont équipés de machines **Life Fitness**, marque américaine réputée pour sa recherche permanente de performance.

UN MATÉRIEL DERNIER CRI

La matériel sportif est renouvelé régulièrement. De quoi permettre aux adhérents de disposer d'équipements plus modernes et techniques, mais aussi moins énergivores, offrant également un accès multimédia.

LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

UN PROGRAMME COMPLET D'ACTIVITÉS

LES ACTIVITÉS D'ASSOUPPLISSEMENT ET DE BIEN-ÊTRE

Pratiquées dans la douceur et le respect du corps, ces disciplines améliorent la condition physique, tout en développant la conscience corporelle. Agréables et relaxantes à la fois, elles associent mouvement et respiration.

ADI YOGA : pour se rebooster et se sentir plus léger de corps et d'esprit, grâce à une nouvelle approche du yoga.

BODY BALANCE : un mélange de Tai-Chi-Chuan, de Yoga, de Pilates, de relaxation et de gym douce pour détendre son esprit et retrouver un corps ferme.

FLY YOGA : une activité unique, le yoga dans un hamac, pour apporter à cette discipline une dimension acrobatique et ludique.

GYM DOUCE : une méthode d'entraînement douce pour renforcer les muscles et le cœur.

QI KONG : pour décompresser et retrouver le sommeil, grâce à une gymnastique chinoise combinant respiration, équilibre et contractions musculaires.

STRETCHING : des étirements pour assouplir les muscles. Un excellent complément à toutes les activités sportives.

SOPHROLOGIE : relaxation, méditation et yoga pour se plonger dans un état de détente et d'harmonie total.

TAI-CHI-CHUAN : un art martial combinant en douceur équilibre, concentration, maîtrise corporelle et respiration.

YOGA : une pratique indienne associant techniques de relaxation et postures pour détendre le corps et l'esprit.



LES ACTIVITÉS AQUATIQUES

Ces disciplines, pratiquées dans les établissements équipés d'une piscine, allient les bienfaits de l'eau en termes de drainage et de bien-être aux bénéfices de programmes conçus pour reconstituer son capital forme.

AQUA BOXING : inspirée des arts martiaux et de la boxe, cette discipline se pratique en musique et sur un rythme tonique avec des gants spécifiques.

AQUA CRUNCH : pour affiner et renforcer les cuisses, les fessiers, les abdominaux et les lombaires en musique et tout en douceur.

AQUA CYCLING : un must pour le travail de renforcement musculaire des abdominaux, des fessiers, des cuisses et des mollets.

AQUA FITNESS : une gym douce aquatique se pratiquant avec des accessoires, idéale pour se tonifier et découvrir une réelle sensation de bien-être.

LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

AQUA PALMING : pour une silhouette de sirène, il suffit d'enfiler ses palmes et d'effectuer les mouvements de ce cours magique.

AQUA PHOBIE : une activité destinée aux personnes qui souhaitent vaincre leur peur de l'eau pour apprendre à nager.

AQUA POWER : déclinaison aquatique du Pump, il s'agit d'un travail musculaire avec accessoires.

AQUA PUNCHING : cette version aquatique du Body Combat constitue un véritable massage drainant.

AQUA RUNNING : une activité aquatique très cardio, qui muscle fessiers, cuisses et abdominaux.

AQUA SLIM : travail d'endurance et de drainage basé sur des exercices cardio-vasculaires et musculaires, cet hydromassage procède à un gommage et favorise la circulation sanguine.

AQUA SUSPENSION : pour retrouver les sensations de l'Aqua Fitness dans un bassin à eau profonde, aidé d'une ceinture de flottaison.

AQUA TRAINING : un circuit training à la fois sportif et ludique, réalisé en musique, autour d'ateliers dédiés au travail cardio-vasculaire et au renforcement musculaire.

NATATION SPORTIVE : pour perfectionner sa technique.

LES ACTIVITÉS CARDIO-VASCULAIRES

Ces cours offrent de nombreux bienfaits à la santé : diminution du risque de maladies cardio-vasculaires, de l'hypertension artérielle, du diabète de type 2, du taux de graisses dans le sang, de l'anxiété et de la dépression. Et ce n'est pas tout : limitation de la prise de poids, augmentation du bon cholestérol ou encore amélioration des fonctions cardiaques et respiratoires. Des bienfaits optimisés par une pratique régulière.



ADI ZONE CYCLING : un entraînement de cycling de compétition digne des J.O., combinant des cadences basses, moyennes et élevées, rythmées par un jeu de lumières et de musiques.

BODY ATTACK : pour développer son endurance et sa résistance cardio-vasculaire, grâce à des exercices physiques dynamiques.



LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

BODY COMBAT™ : un mélange d'arts martiaux (Karaté, Boxe, Tai-Chi-Chuan...) dans une chorégraphie endiablée pour éliminer les graisses.

BOXE : anglaise ou américaine, elle augmente la résistance cardiovasculaire, développe la capacité pulmonaire et tonifie les adhérents supérieurs et inférieurs.

CYCLING : pour pédaler en peloton sur des rythmes alternant rock et techno, afin de s'offrir des jambes fermes et toniques.

CYCLING ZEN : pour s'évader en douceur, grâce à une version un peu moins "physique" que le cours de Cycling dans une atmosphère tamisée et sur des rythmes envoûtants.

IT BOXING : une série de mouvements issus du répertoire gestuel de la boxe anglaise et mise en musique sur des déplacements fitness.

HIGH IMPACT AEROBIC (HIA) : une pratique intense de l'aérobic sur des musiques entraînantes : le rythme dans la peau et dans les pieds !

HIGH LOW IMPACT AEROBIC : une combinaison explosive alternant HIA et LIA.

JUMP FIT : saut à la corde et chorégraphie fitness en musique pour retrouver la forme et une silhouette de rêve.

LOW IMPACT AEROBIC (LIA) : une pratique douce de l'aérobic, respectueuse des genoux et de la colonne vertébrale.

STEP : idéale pour tonifier le corps, cette activité ludique procure des effets immédiats.



LES ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Un programme équilibré de renforcement musculaire doit faire travailler l'ensemble des groupes musculaires des plus grands aux plus petits. En choisissant soigneusement ses exercices, la musculature se développe de manière harmonieuse. Ces cours permettent notamment d'améliorer sa coordination et sa capacité cardio-pulmonaire, d'entretenir et d'équilibrer son capital musculaire, d'adopter un meilleur maintien corporel, de favoriser la diminution de la masse grasseuse ou encore de prévenir les traumatismes.



LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...

ABDOS : exclusivement réservé au travail des abdominaux, ce cours permet de se tonifier et de gagner en fermeté.

ABDOS-FESSIERS : pour gagner en fermeté de la taille aux fessiers.

BODY PUMP : pour remodeler sa silhouette et travailler son endurance.

BODY SCULPT : pour se muscler en s'amusant, le Body Sculpt fait travailler en rythme le cœur et les muscles.

CUISSES-ABDOS-FESSIERS : pour sculpter son corps, des abdominaux jusqu'aux cuisses en passant par les fessiers.

CULTURE PHYSIQUE : pour perdre en tour de taille et améliorer sa tonicité musculaire avec des accessoires, tout en se défoulant.

CXWORX : cette série d'exercices alliant rapidité et intensité fait travailler le centre du corps pour renforcer efficacement abdominaux et fessiers.

DEEP SCULPT : l'idéal pour retrouver rapidement un ventre plat et des fessiers en béton.

TAILLE-ABDOS-FESSIERS : pour des fesses toniques et un ventre plat, ce cours permet d'affiner sa silhouette dans une ambiance survoltée.

TRX : le must du renforcement musculaire pour faire travailler tout le corps, grâce à un système d'entraînement par suspension.

LA DANSE

Parce que Club Med Gym fait rimer sport et plaisir, la danse y occupe une place centrale. Ainsi, de nombreux cours initient les adhérents aux danses modernes ou traditionnelles et leur permettent de soigner leur souplesse comme leur condition physique dans le cadre d'une activité très conviviale.

BARRE AU SOL : idéale pour assouplir les articulations et muscler le corps, tout en travaillant ouvertures et placements inspirés de la danse classique.

BODY JAM : 2 niveaux de cours et un cocktail détonant des derniers mouvements de danse sur les hits du moment pour transpirer en s'éclatant.

DANSE AFRICAINE : enchaînements rapides et endurance physique sont au programme de cette danse à pratiquer au son des percussions de l'Afrique.

DANSE CLASSIQUE : c'est la base de toutes les danses et peut-être la plus exigeante, la plus codée. Le corps peut réaliser toutes sortes d'actions comme tourner, se courber, s'étirer, ou sauter. Maintien, port de tête, placement, assouplissements... Voici un aperçu des bases de la danse classique et de son travail musculaire de précision.

DANSE CONTEMPORAINE : des enchaînements chorégraphiés pour laisser le corps s'exprimer librement.

DANSE ORIENTALE : pour apprendre la danse du ventre et faire tourner les têtes.

DANSE DE SALON : cha-cha-cha, valse, samba, tango, paso-doble, charleston... Tous les rythmes d'antan sont au rendez-vous.

HIP HOP : dépense calorique garantie, grâce aux jeux de jambes, blocages, glissades, passages au sol et accélérations.

HOUSE DANCE : une combinaison de pas de danses africaine, latine, jazz et hip hop pour bouger au rythme de la deep house, issue du disco, du funk et de la soul.

MODERN JAZZ : des chorégraphies sur des rythmes funky ou jazzy pour développer sens du rythme et endurance.



LE FITNESS SOUS TOUTES SES FORMES

ET BIEN PLUS ENCORE...



ROCK : pour découvrir tous les plaisirs du rock, ce cours propose d'en apprendre les pas et les différents enchaînements.

SALSA : une danse sensuelle à découvrir tout en travaillant son déhanchement et son jeu de jambes.

SAMBA : toute la saveur du Brésil dans une danse endiablée, qui stimule le corps de la tête aux pieds.

SENSUAL MOVE : pas besoin de connaissance particulière en danse pour tester ce cours tendance et exclusivement féminin, mais juste l'envie de se sentir belle et bien.

SH'BAM : pour s'amuser et se défouler sur un mix de tubes parmi les plus populaires du moment, de grands classiques et de rythmes latinos réactualisés.

ZUMBA® : activité qui cartonne partout dans le monde, la Zumba® est une combinaison tendance de danse, de fitness et d'aérobic sur fond de musique latine.

ZUMBA® TONING : un mix de pas de danse Zumba® et de renforcement musculaire, grâce aux sticks bâtons lestés.

Sans oublier...

Pour se détendre et renforcer les effets de la pratique sportive, Club Med Gym met également ses espaces détente à la disposition des adhérents.

HAMMAM : un bain de vapeur, qui relaxe et fait disparaître toutes les tensions.

PISCINE : pour profiter des bienfaits de la natation et des autres activités aquatiques.

SAUNA : une technique ancestrale et naturelle de relaxation et d'élimination.



WAOU CLUB MED GYM

DES CLUBS D'EXCEPTION...

Lancée en 1999 et connaissant un véritable succès, l'offre Waou Club Med Gym désigne les établissements qui offrent à une clientèle exigeante ce qui se fait de mieux aujourd'hui, tant en matière de cours que d'équipements et de services. Ouverts 7 jours sur 7, ces clubs proposent, dans un cadre somptueux, des activités uniques, mais aussi de nombreux privilèges qui font la différence.



LES PRIVILÈGES WAOU

Pour répondre aux attentes d'un public à la recherche d'un club de **grand standing**, les Waou Club Med Gym réservent à leurs adhérents des offres très privilégiées. Ils ont ainsi accès, par exemple, à des écrans individuels sur les machines, à des cabines personnelles, à une connexion Wi-Fi, à des iPad qui leur sont prêtés le temps de leur séance ou encore à des fontaines à parfum.

DES ACTIVITÉS EXCLUSIVES

Créateurs de tendances, les établissements Waou Club Med Gym dispensent des activités exclusives, réservées à leurs adhérents et sources de bien-être.

Parmi celles-ci, **la méthode Pilates**, très en vogue, est idéale pour améliorer sa capacité respiratoire, son endurance et sa souplesse. Privilégiant l'action sur les muscles profonds, cette approche différente du corps, enseignée par des coaches, s'appuie sur le mouvement et la respiration.

Le Pilates peut se pratiquer de deux façons :

- En groupe (8 personnes maximum), via une succession d'exercices réalisés au sol, debout ou à l'aide de ballons et organisés par niveau.
- En séance individuelle dans les Studios Pilates sur des équipements conçus sur mesure.

Les adhérents des Waou Club Med Gym ont également accès à une **offre Coaching** variée et sur mesure. Dispensées par des conseillers sportifs, ces séances peuvent être effectuées individuellement pour une liberté et une personnalisation totales ou en groupe de 2 à 3 personnes pour plus d'émulation et de partage.

Pour compléter agréablement une séance sportive par un massage relaxant ou s'offrir un pur moment de bien-être, **deux spas luxueux** accueillent les adhérents dans les Waou Club Med Gym Maillot et Auteuil.

Ils ont le choix parmi 3 types de prestations :

- Les soins du visage et du corps : pour retrouver éclat, douceur et fermeté.
- Les massages : aux huiles essentielles, aux pierres balsamiques ou encore aux senteurs enivrantes, ils sont appréciés pour leurs vertus apaisantes et curatives.
- L'hydrothérapie : combinant l'action de l'eau et celle des extraits marins, c'est un moyen simple et agréable de se sentir bien dans son corps.

ELITE BEAUTY : L'ESPACE BEAUTÉ DU WAOU CLUB MED GYM MAILLOT

Pose de vernis, make up ou encore coiffure : voici les prestations express et haut de gamme que propose cet espace dédié aux femmes, mais aussi aux hommes, qui aiment prendre soin d'eux. En plus, avec la carte Elite Beauty Express, ils sont reçus sans rendez-vous et peuvent acheter des produits de soins sur place.



Mais aussi...

En exclusivité dans les Waou Club Med Gym, les adhérents ont également accès à **des disciplines qu'ils ne retrouvent pas ailleurs** : le Sensual Move, le Fly Yoga ou encore l'Adi Yoga, par exemple. L'établissement d'Auteuil leur propose aussi une activité au nom évocateur, "Chanter, c'est du sport !" : des cours de chant, excellent moyen d'améliorer sa respiration, de se préparer à la pratique d'exercices physiques nécessitant ou non de l'endurance et de se faire plaisir.

PURE CLUB MED GYM

UNE AUTRE VISION DU FITNESS

Envie de vivre une expérience sportive vraiment différente ? Club Med Gym propose au cœur de Paris son tout nouvel espace de fitness et de bien-être : le Pure Club Med Gym. S'appuyant sur le savoir-faire de l'enseigne, ce concept totalement à part offre encore plus de confort et de services à ses adhérents. Un projet qui s'inscrit dans l'univers architectural de l'Opéra Bastille pour un lieu actuel et contemporain. Visite guidée...

UNE ADRESSE INCONTOURNABLE POUR VIVRE LE FITNESS AUTREMENT

Pour inviter ses adhérents à **voir le fitness autrement**, Pure Club Med Gym, situé 4 place de la Bastille, a été pensé comme un club haut de gamme et intimiste, une véritable parenthèse de sérénité pour s'éloigner de l'agitation urbaine et se ressourcer corps et âme.

Sur plus de 1300 m², design contemporain et lignes épurées sans ostentation permettent à Pure Club Med Gym **de se distinguer des clubs existants** pour exprimer l'intemporalité du chic parisien et l'art de vivre à la française. Puisant son inspiration entre mouvement et équilibre, il associe les codes nobles et élégants du corps, de la chorégraphie et de la musique, en parfaite cohérence avec l'opéra qui se trouve à deux pas. Et, à l'image d'un club privé, l'accès à Pure Club Med Gym est limité à deux mille adhérents.

En étoffant son réseau avec un concept inédit, Club Med Gym poursuit sa stratégie de développement et pérennise sa volonté d'apporter toujours plus de satisfaction aux amateurs exigeants de fitness et de bien-être. Avec ce club d'exception, imaginé par le cabinet d'architectes Studio Marc Hertrich & Nicolas Adnet, **Club Med Gym confirme son statut de lanceur de tendances** et traduit sa volonté de concevoir un salon de sport dédié à la noblesse du mouvement. Il devient un lieu de convivialité, d'échange, de ressourcement. Il porte les valeurs Convivialité, Liberté, Innovation, Plaisir et Engagement, qui sont chères à Club Med Gym.

Depuis plus de 20 ans, le **Studio Marc Hertrich & Nicolas Adnet** écrit, scénarise et "met en scène" de nouvelles histoires au fil de ses réalisations. Marc Hertrich, diplômé de l'École Boulle, et Nicolas Adnet, membre du comité de direction de Lanvin Haute Couture, puisent leur inspiration dans la tradition, le savoir-faire et les arts décoratifs. Un certain "goût français" caractérise leur travail, mais celui-ci évolue et s'enrichit en permanence grâce à leurs nombreux voyages, rencontres et projets.

Le Studio MHNA remporte un franc succès, aussi bien en France qu'à l'étranger, où il travaille avec les plus grandes marques. Il a ainsi imaginé des tables chics avec de grands noms de la gastronomie tels les frères Pourcel et des sites d'exception avec le fleuron de l'hôtellerie de luxe, en créant notamment le premier resort 5 trident du Club Med et des Suites Prestige pour l'hôtel Martinez à Cannes.



UN ESPACE DE PURS PRIVILÈGES

Fidèle à une philosophie qui prône confort et bien-être, Pure Club Med Gym fait une promesse à ses adhérents : celle de **mettre tous leurs sens en éveil**. La vue, tout d'abord, avec un éclairage sophistiqué et un mur de lumière modulable ; puis l'odorat, avec un air purifié et enrichi de senteurs délicates ; l'ouïe, avec un environnement sonore étudié et des programmations musicales adaptées à chaque zone ; sans oublier le toucher, avec des matières nobles ; et enfin le goût, avec fruits frais et cafés d'exception de la marque Nespresso.

Tout a été pensé pour offrir une atmosphère véritablement unique, propice au ressourcement.

Pure Club Med Gym a été créé dans **un esprit durable et solidaire**. Aussi l'aspect environnemental occupe-t-il une place centrale dans ce lieu. Chauffage écologique, éclairage basse consommation, contrôle des flux d'air, optimisation de la gestion technique du bâtiment... : tout a été fait pour limiter les consommations d'énergie.

De plus, l'ensemble du club a été pensé pour favoriser l'accès aux personnes handicapées : ascenseur, accueil à niveau, couloirs et portes larges, équipements adéquats, douches, saunas et hammams aménagés...

PLONGÉE AU CŒUR DE L'INNOVATION ET MATÉRIEL DERNIÈRE GÉNÉRATION

À travers son parc matériel, Pure Club Med Gym met à disposition des adhérents un ensemble complet d'équipements professionnels développés par **Technogym**.

Les utilisateurs de tous niveaux apprécieront pleinement l'expérience d'un entraînement efficace, divertissant et en toute sécurité.

En effet, cet établissement est doté des toutes nouvelles machines Technogym, utilisées par les sportifs du monde entier, notamment à Londres, lors des Jeux olympiques 2012.

Les adeptes de la musculation peuvent tester le système Isocontrol intégré aux équipements et dont l'écran affiche les charges, les séries et le nombre de répétitions à effectuer.

Ils découvriront les six Kinesis Stations, qui transforment leur séance d'entraînement en un moment privilégié et agréable, ou encore les appareils de la gamme Pure Strength, qui offrent aux initiés à la recherche d'excellence la liberté d'un entraînement avec des charges libres dans un environnement sécurisé.

Ceux qui aiment le cardio-training profiteront d'appareils innovants équipés des dernières technologies, comme VisioWeb, avec son écran tactile intégré, qui permet de surfer sur Internet, de regarder la TV ou de connecter son iPod pendant la séance. Ils bénéficieront aussi du Run Now, premier tapis de course "vert", qui réduit la consommation d'électricité d'environ 40 %, du Vario, qui s'adapte à la foulée de l'utilisateur et du Crossover, dont le mouvement naturel et unique sur le marché améliore l'équilibre et la coordination.

Enfin, Pure Club Med Gym met à disposition de ses adhérents une multitude d'équipements aux mouvements plus traditionnels qui répondront aux aspirations et aux besoins d'entraînement de tous les utilisateurs : vélos, appareils elliptiques, rameurs à eau...

LE RAMEUR À EAU

procure la sensation de glisser sur un cours d'eau et fait travailler tous les groupes musculaires du corps pour obtenir des résultats rapidement. Il a également un très bon impact sur le cœur, permettant d'optimiser la pression sanguine et de réduire dépression, stress ou encore anxiété. Enfin, il contribue à réduire le taux de cholestérol, ainsi que le pourcentage de masse grasseuse.



UN ACCOMPAGNEMENT TRÈS VIP, GRÂCE AU COACHING PERSONNALISÉ

Aussi accueillant que professionnel, Pure Club Med Gym s'appuie sur une équipe de coaches expérimentés qui proposent **un accompagnement sur mesure et de très haut niveau**. Chaque abonné étant unique, il bénéficie d'un bilan personnalisé avec un rendez-vous coaching par an offert, qui permet d'établir son "Pass'Sport pour la forme" en prenant ses mesures morphostatiques et de définir un programme rien que pour lui.

Pour aller encore plus loin, Pure Club Med Gym propose des prestations hors forfait adaptées aux capacités, aux objectifs et à l'agenda de chacun. Ses adhérents pourront bénéficier d'un suivi approfondi et se faire accompagner au quotidien grâce au **coaching**. Cinq formules leur sont proposées : "Forme" pour s'entretenir, "Stretching" pour atténuer les tensions, "Boxing" pour se défouler, "Cardio-training" pour renforcer son endurance et sa musculature, ou encore "Pilates" pour gagner en tonicité et en fermeté.

Zone dédiée au coaching, le Pavigym offre une protection optimale et une nouvelle façon d'appréhender l'espace, grâce à des revêtements de sol sportifs innovants. Adapté aux entraînements personnels, spéciaux ou en petits groupes, le Pavigym accueille des sessions plus courtes, ludiques, interactives et efficaces. De quoi transformer son énergie, améliorer ses performances et en profiter pleinement.



Pour en offrir toujours plus, Pure Club Med Gym s'est rapproché de **partenaires appréciés pour la qualité de leurs prestations**, afin de proposer :

- Des réductions dans les magasins **adidas** parisiens et des invitations aux ventes privées.
- Un espace **Babyliss** au sein du club pour disposer d'un matériel de coiffure performant.
- La distribution d'échantillons de la **Friction de Foucaud**, lotion corporelle énergisante.
- Une offre de pressing via **Sequoia**, qui nettoie les tenues de sport entre deux séances.
- Des chèques parking avec des remises, grâce à **Q-Park France**.
- Une ambiance musicale apaisante dans les espaces détente avec la **webradio SPA**.
- Une machine à café haut de gamme, la Tower de **Nespresso**.
- Des distributeurs **Selecta** pour une offre de restauration sur le pouce.
- Des magazines et journaux diffusés par le biais de **Propress**.

LE SMALL GROUP TRAINING

Ceux qui souhaitent s'entraîner entre amis se laisseront tenter par le Small Group Training. Idéal pour profiter en groupe de 4 à 6 personnes de tous les avantages d'un entraînement personnalisé d'une heure autour d'activités ludiques et variées, ce type de cours valorise l'esprit d'équipe et décuple la motivation.

DES COURS À LA CARTE ET DES ACTIVITÉS INÉDITES

Chaque semaine, Pure Club Med Gym propose plus de **70 cours collectifs**, dont notamment :

- **Le CXWorx** pour se booster en travaillant le centre du corps.
- **Le Fly Yoga** pour pratiquer le yoga dans un hamac.
- **Le Pilates** pour renforcer tonicité et fermeté en douceur.
- **Le TRX** pour bénéficier du must du renforcement musculaire.
- **Le Yoga** pour apaiser corps et esprit.
- Sans oublier des activités comme le Body Attack, le Body Combat™, le Body Pump, le Stretching, la Zumba®...

Mais Pure Club Med Gym, **c'est aussi des cours spécifiques, dispensés uniquement dans ce club.** Ses adhérents découvriront ainsi le Cross-Boxing : enseignée par un coach Pure Club Med Gym, cette discipline associe la préparation physique du boxeur avec gants et sac de frappe à des exercices de cardio-training, de renforcement musculaire et de gainage. Ils apprécieront aussi le Cross-Training, véritable "calories killer" qui repose sur un circuit training avec des ateliers variés pour travailler ses différentes capacités physiques. Enfin, l'abonnement Pure Club Med Gym donne accès aux 22 clubs situés à Paris, avec 9 piscines, 2 spas Carita/Decléor, un salad'bar Côte et un salon Beauty Elite Express. Les adhérents peuvent ainsi profiter de plus de 56 activités différentes et 2500 cours par semaine. De plus, ils ont également accès aux 23 clubs Silhouette situés à Genève, Zürich et Bruxelles.



pure.clubmedgym.com

Adresse :

4, place de la Bastille – 75012 Paris – Tél. : 01 56 95 09 05

Horaires :

du lundi au vendredi de 7h à 22h30, le samedi de 8h à 20h et le dimanche de 9h à 20h

L'INSTITUT DES MÉTIERS DE LA FORME (IMF)

UNE FORMATION PROFESSIONNELLE RECONNUE, SIGNÉE CLUB MED GYM

La légitimité de Club Med Gym et ses besoins en personnel qualifié l'ont incité à créer, en 1994, son propre centre de formation. Baptisé Institut des Métiers de la Forme (IMF), c'est le premier acteur privé du secteur à avoir été conventionné par le ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports sur l'Île-de-France.

UN APPRENTISSAGE COMPLET

Basé à la fois sur **la théorie et la pratique** grâce à un apprentissage sur le terrain dans les établissements de Club Med Gym, l'enseignement de l'IMF est sanctionné par le Brevet Professionnel des Activités Gymniques, Forme et Force (BP AGFF). Assurée par une équipe de spécialistes qualifiés sur une durée de 10 mois, cette formation est parfaitement adaptée aux attentes des professionnels du secteur.

De plus, elle peut être suivie **dans le cadre d'un contrat de professionnalisation ou d'un congé individuel de formation**. Enfin, en complément de la formation initiale, l'IMF propose une formation continue externe pour permettre aux étudiants de parfaire leurs compétences via des modules complémentaires.

L'IMF, ACTEUR DE RÉFÉRENCE

Reconnu pour la qualité de sa formation, l'IMF s'est imposé comme une référence dans son domaine. D'ailleurs, si les candidatures affluent, le nombre de dossiers retenus reste limité pour garantir **un niveau optimal et les meilleures conditions d'apprentissage**. À terme, l'IMF a pour objectif de former 100 étudiants chaque année.



UNE FORMATION PLÉBISCITÉE ET QUI OFFRE DE VRAIS DÉBOUCHÉS

En 2011, l'IMF a accueilli 52 étudiants sur 206 postulants. Ce recrutement sélectif lui permet d'afficher le taux de réussite le plus élevé lors de l'examen national du BP AGFF, avec 80% de candidats décrochant leur diplôme contre 44% à l'échelle nationale. Enfin, 100% des titulaires du brevet se voient offrir un emploi dans les deux jours suivant l'annonce des résultats et ils sont 50% à rejoindre Club Med Gym.

UN PASSEPORT POUR L'EUROPE

En 2009, l'IMF est devenu **le seul centre de formation français accrédité par l'organisme indépendant EHFA** (European Health and Fitness Association). Ainsi, tous les étudiants qui y sont formés se voient décerner un diplôme reconnu dans l'ensemble des pays de l'Union européenne.

De plus, depuis mai 2012, l'IMF propose aux professionnels du sport comme aux amateurs **un diplôme "Coaching-Sport-Santé"** à dimension européenne. Celui-ci s'adresse à toutes les personnes désireuses d'enrichir leurs connaissances en matière de nutrition et de gestion d'activités sportives.

CLUB MED GYM CORPORATE

UN CONCENTRÉ DE BIEN-ÊTRE AU CŒUR DES ENTREPRISES

Les entreprises pensent de plus en plus au sport pour améliorer le bien-être de leurs salariés. Au-delà de cette réflexion, elles ont constaté que les espaces fitness avaient d'autres avantages, notamment pour dynamiser leur image, attirer de nouveaux collaborateurs et fidéliser les talents.

LE SAVOIR-FAIRE CLUB MED GYM CORPORATE

Filiale de Club Med Gym, Club Med Gym Corporate est le leader haut de gamme de la **conception, de l'équipement et du management d'espaces fitness exclusifs**. Aujourd'hui, ce sont plus de 8 000 salariés qui bénéficient d'une salle Club Med Gym Corporate dans leur entreprise. Un phénomène en pleine croissance, dont les bienfaits ont été démontrés sur le stress, la fatigue et, plus largement, la santé et la performance. Par ailleurs, on constate que la fréquentation croît avec le temps et que, globalement, plus d'un tiers des employés de ces entreprises s'y entraînent régulièrement.



CLUB MED GYM CORPORATE

UN CONCENTRÉ DE BIEN-ÊTRE AU CŒUR DES ENTREPRISES

PARCE QU'UNE ENTREPRISE NE RESSEMBLE À AUCUNE AUTRE...

Club Med Gym Corporate travaille avec des architectes de renom, qui travaillent à la fois sur l'organisation générale des espaces, l'implantation des machines et le décor, afin de créer un contexte propice à l'effort. **Les espaces fitness** sont conçus sur mesure en fonction du nombre de salariés et de la surface disponible, qui peut varier de 70 à 1 000 m².

L'ÉQUIPEMENT, CLÉ DE LA RÉUSSITE

La qualité et la fiabilité du matériel participent au bon fonctionnement de l'espace fitness. Club Med Gym Corporate met donc toute son expérience à profit, afin de fournir **l'équipement sportif le plus approprié** à la surface disponible et aux utilisateurs potentiels.

Son choix s'oriente vers un **matériel professionnel haut de gamme** des plus performants en matière de cardio-training (vélos, tapis de course, elliptiques...), de musculation (ensemble Kinésis Technogym), de petits matériels de cours collectifs (steps, haltères, nattes de sol...) et, dans certains clubs, d'équipements de détente (saunas, hammams, piscines, fauteuils de massage...).

L'ENCADREMENT : L'ATOUT INDISSOCIABLE DE LA PERFORMANCE

Le métier de Club Med Gym Corporate est, avant tout, d'accompagner les futurs adhérents dans la réalisation de leurs objectifs en toute sécurité. Pour ce faire, des conseillers sportifs diplômés d'État sont présents aux heures d'ouverture, afin de **conseiller, d'encourager et de développer les capacités de chacun**.

DES PROGRAMMES LABELLISÉS

Club Med Gym permettent aux sportifs d'être autonomes et de varier leurs entraînements. Ils ont été conçus en fonction des bénéfices recherchés : Équilibre et Douceur, Finesse et Légèreté, Tonus et Fermeté ou Cœur et Cadence. Les conseillers sportifs élaborent aussi des **programmes sur mesure** en fonction des objectifs de chacun et des séances de coaching peuvent être organisées sur demande.

Généralement, le plateau de cardio-musculation est complété d'une **salle dédiée aux cours collectifs**. Cela permet aux salariés d'avoir le choix, de les fidéliser et de faire vivre l'espace fitness.

QUELQUES EXEMPLES DE COURS DISPENSÉS EN ENTREPRISE

- Cardio-training : Step, Low Impact Aerobic (LIA), Body Combat™, Zumba® Fitness...
- Renforcement musculaire : Culture Physique, Abdos-Fessiers, Body Pump...
- Assouplissement et bien-être : Stretching, Body Balance, Pilates, Tai-Chi-Chuan...



UNE GESTION QUOTIDIENNE DES ESPACES FORME

Club Med Gym Corporate assure **une mission globale**, afin de garantir une gestion rigoureuse du lieu, tout en y préservant la convivialité : ouverture et fermeture des espaces, conception des plannings d'activités, création des cartes d'abonnement, choix des conseillers sportifs, maintenance du matériel...

Dans cet esprit, **un rapport d'exploitation** est régulièrement remis à la direction de l'entreprise. Il analyse la fréquentation de l'espace fitness et mesure la satisfaction des adhérents. Ces indicateurs permettent de rester à l'écoute des utilisateurs et de faire évoluer les prestations.

Club Med Gym Corporate propose également **différentes options de financement** adaptées aux capacités de l'entreprise. Ainsi, pour l'exploitation, la société peut prendre intégralement en charge le coût ou demander à ses salariés de cotiser pour couvrir tout ou partie des frais. Concernant le matériel, le client a le choix entre une mise à disposition par Club Med Gym Corporate sur des périodes de 3 à 5 ans moyennant une redevance ou une acquisition à tarif préférentiel.

L'EXPÉRIENCE CLUB MED GYM CORPORATE PAR-DELÀ LES FRONTIÈRES...

S'adressant aussi bien à une clientèle d'affaires qu'aux touristes, la filiale de Club Med Gym étend également son expertise aux groupes hôteliers et aux villages Club Med. Du Martinez à l'Hôtel de Crillon, du Club Med 2 au village Club Med d'Albion... Au total, pas moins de 40 hôtels et villages Club Med répartis dans le monde bénéficient de salles de fitness de qualité aux équipements ultramodernes.

CLUB MED GYM CORPORATE DÉVELOPPE LE TEAM-BUILDING

Le Team-Building a pour objectif de sensibiliser le public à la notion de bien-être par le biais de diverses activités (relaxation, gym douce ou autres concepts originaux). Cette offre innovante répond aux attentes des entreprises qui souhaitent organiser des événements sur mesure hors des schémas traditionnels. Ces séances inédites, associées à une session de travail (formation, réunion thématique, événement...), ont pour but de marquer les esprits et de fédérer partenaires et collaborateurs.

LES RÉFÉRENCES CLUB MED GYM CORPORATE

- Les grandes entreprises françaises : Accor, Agence Française de Développement, Alstom, Calyon (Ex-Libris), Canal+, Crédit Agricole (Ex-Libris), LCL (Carré Pleyel), Danone, Danone Research, Dassault Systèmes, Gaz de France, Groupe Chèque Déjeuner, L'Oréal, Pernod Ricard, Renault, Sanofi-Aventis, SFR, Ubisoft...
- Les filiales françaises de groupes internationaux : Boston Consulting Group, Cabinet Roland Berger, Coca-Cola, General Electric, Kraft Foods, Michael Page, Oracle, Shell...
- Les hôtels : Club Méditerranée, Hôtel de Crillon, Hôtel du Louvre, Hôtel Martinez...



INFORMATIONS PRATIQUES

LISTE DES CLUBS

CLUB MED GYM

Champs-Élysées :

26, rue de Berri
75008 Paris
Tél. 01 43 59 04 58

Défense Coupole :

56, passage de la Coupole
92400 La Défense 6 Courbevoie
Tél. 01 40 81 00 55

Défense Esplanade :

7-9, esplanade Charles-de-Gaulle
92800 Puteaux
Tél. 01 47 44 93 19

Denfert-Rochereau :

28, avenue du Général-Leclerc
75014 Paris
Tél. 01 45 42 50 57

Grenelle :

8, rue Frémicourt
75015 Paris
Tél. 01 45 75 34 00

Italie :

Centre Commercial Italie
2 - 4, rue Vandrezanne
75013 Paris
Tél. 01 45 80 34 16

Issy-les-Moulineaux :

Ouverture prochaine

Lafayette :

10, rue de la Victoire
75009 Paris
Tél. 01 48 74 58 49

Levallois :

18, avenue de l'Europe
92300 Levallois-Perret
Tél. 01 47 57 50 50

Maillot :

17, rue du Débarcadère
75017 Paris
Tél. 01 45 74 14 04

Monceau :

24, rue de Chazelles
75017 Paris
Tél. 01 43 80 66 14

Montparnasse :

149, rue de Rennes
75006 Paris
Tél. 01 45 44 24 35

Nation :

16, rue des Colonnes-du-Trône
75012 Paris
Tél. 01 43 45 93 12

Palais Royal :

147, rue Saint-Honoré
75001 Paris
Tél. 01 40 20 03 03

Paris 20 :

63-65, rue de Bagnolet
75020 Paris
Tél. 01 43 70 07 07

République :

2, rue du Faubourg-du-Temple
75011 Paris
Tél. 01 47 00 69 98

Vaugirard :

208, rue de Vaugirard
75015 Paris
Tél. 01 47 83 99 45

WAOU CLUB MED GYM

Auteuil :

11, rue Chanez
75016 Paris
Tél. 01 46 51 88 18

Bercy :

45, rue des Pirogues-de-Bercy
75012 Paris
Tél. 01 44 67 83 50

Grands Boulevards :

5-7, rue du Faubourg-Poissonnière
75009 Paris Tél. 01 53 34 96 60

Maillot :

1, place du Général-Koenig
75017 Paris
Tél. 01 40 68 00 21

PURE CLUB MED GYM

Bastille :

4, place de la Bastille
75012 Paris
Tél. 01 56 95 09 05

Formules 1 an, 3 mois, 1 mois... Club Med Gym propose des formules d'abonnement qui s'adaptent aux objectifs, aux envies et aux budget de chacun.



Abonnement Pure

Accès illimité toute l'année aux 22 Club Med Gym dont le prestigieux club Pure • Serviettes illimitées à chaque séance d'entraînement au Pure Club Med Gym • Serviette prêtée à chaque séance d'entraînement dans les autres clubs • Pure Privileges : Pass Sport pour un bilan personnalisé, 1 heure de coaching, Small Group Training*, pressing*, Espace Babyliiss. • Abonnement : annuel, carte 10 séances • Assurance annulation-prolongation (mutation, maternité, perte d'emploi, accident...).



Abonnement Club

Accès illimité toute l'année aux 17 Club Med Gym • Serviette prêtée à chaque séance d'entraînement • Abonnements : annuel, trimestriel, mensuel, carte 10 séances, à la journée • Assurance annulation-prolongation (mutation, maternité, perte d'emploi, accident...).



Abonnement Waou

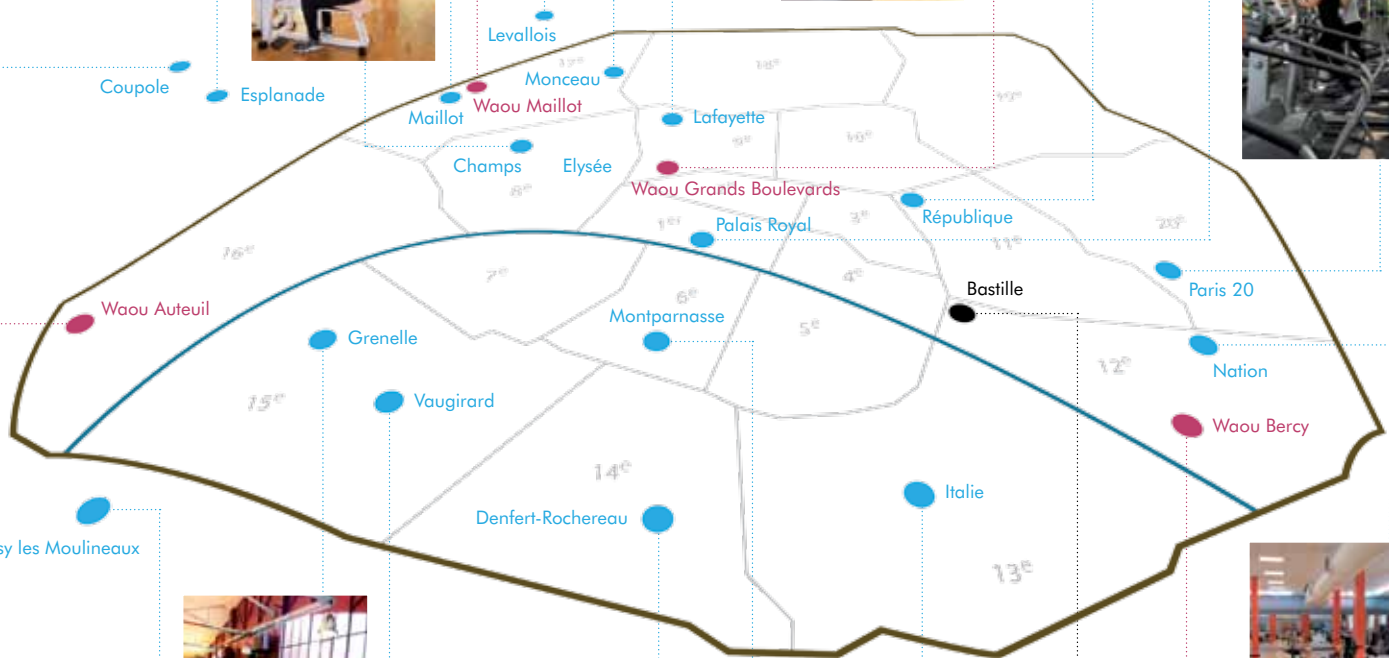
Accès illimité toute l'année aux 21 Club Med Gym dont les 4 clubs Waou • Serviette prêtée à chaque séance d'entraînement • Waou privilèges : Pilates au sol, Pilates en studio*, coaching* et spa* • Abonnements : annuel, trimestriel, mensuel, carte 10 séances, à la journée • Assurance annulation-prolongation (mutation, maternité, perte d'emploi, accident...).



Carte Essentielle

Accès illimité toute l'année aux 17 Club Med Gym • Abonnements : annuel • Assurance annulation-prolongation (mutation, maternité, perte d'emploi, accident...).

*Hors forfait



OUVERTURE
PROCHAINE