Vous habitez en France depuis quelques mois et vous avez décidé de vous inscrire dans une salle de sport, sachant que :

– vous voulez faire de la musculation ;
– vous voulez suivre des cours collectifs pour vous motiver ;
– vous disposez pour vos activités sportives d'un budget mensuel de 150 € maximum ;
– vous voulez vous exercer 2 fois par semaine, le mercredi et le samedi ;
– vous n'êtes pas libre avant 18 h à cause de votre travail.

En faisant une recherche sur Internet, vous trouvez les quatre publicités suivantes.

1

GYM DOM

Première agence de coaching sportif à domicile, GYMDOM rend accessible à TOUS le meilleur du sport et permet à CHACUN de choisir ses activités selon son objectif – relaxation, musculation ou minceur – et selon son rythme, tout en bénéficiant des tarifs les plus bas du marché.

C'est toujours le même coach qui vient chez vous pour suivre vos progrès. Nous veillons à la ponctualité de nos coachs.

Tarifs : 50 euros/heure sur la base de 2 heures par semaine.

Nous sommes à votre disposition du lundi au samedi de 8 h à 22 h.

2

Espace **sportif** Pontoise

Bienvenue à l'Espace sportif Pontoise

Cet établissement construit en 1933 est inscrit à l'inventaire des monuments historiques. Il dispose d'un équipement complet : un bassin sportif de 33 m, une salle de cardio-training et de musculation et une salle de cours collectifs. Deux saunas viennent compléter l'offre détente. Vous y trouverez également 4 courts de squash ! Fitness – musculation : demandez le planning des cours collectifs à l'accueil.

HORAIRES D'OUVERTURE
Lundi au vendredi : 9 h à minuit
Week-end et jours fériés : 9 h 30 – 19 h

TARIFS
1 entrée : **20 €**
10 entrées : **160 €**
Pass mensuel : **140 €**

3

CLUB MED GYM

22 clubs de sport ouverts 7 j/7 de 7 h à 23 h

Activités en solo : l'ensemble des Club Med Gym dispose d'une large sélection d'appareils de cardio-training et de musculation. Pour travailler le cœur ou les muscles, chaque machine combine à la fois efficacité, confort et simplicité d'utilisation.
Pour faciliter votre pratique, les appareils intègrent des schémas indiquant les mouvements à réaliser et les zones du corps travaillées.

CLUBMEDGYM propose également plus de 50 autres activités en cours collectifs… Faites votre choix !

Cartes 10 séances (10 séances au prix de 9) : 324 €
Abonnement mensuel (sans engagement) : 275 €

LIVEWORKSHEETS

4

KIKENTAÏ

BIEN-ÊTRE / FITNESS / ARTS MARTIAUX

Arts martiaux et self défense, remise en forme, musculation, yoga, gym douce...
Kikentaï, c'est tout cela et bien plus encore !
Un espace musculation, du cardio-training et surtout... pas d'écran plasma ! Ici, on n'a pas le temps de regarder la télé, on fait du sport, avec Robin et Patrice.
Avec eux, vous pourrez établir les programmes qui vous conviennent, participer à des cours collectifs ou travailler seul(e) si vous préférez.

Du lundi au vendredi de 9 h à 22 h
Le samedi de 9 h à 18 h
Le dimanche de 9 h à 13 h

TARIFS
1 cours : 20 €
Abonnement mensuel : 80 €

Pour chaque descriptif de club sportif et pour chacun des critères proposés, choisissez « convient » ou « ne convient pas ».

	1 Gym Dom		2 Espace sportif Pontoise		3 Club Med Gym		4 Kikentaï	
	Convient	Ne convient pas	Convient	Ne convient pas	Convient	Ne convient pas	Convient	Ne convient pas
Musculation								
Cours collectifs								
Budget mensuel de 150 € maximum								
Mercredi et samedi								
À partir de 18 h								

Quel club de sport choisissez-vous ?

LIVEWORKSHEETS