

Vous l'attendiez... :

Réouverture de votre Espace Forme au Plessis Robinson !

Dès le 16 novembre 2021



Information

Après de longs mois d'un contexte sanitaire particulièrement contraignant, les conditions ont pu être réunies pour vous accueillir à nouveau dans votre salle.

Un nouveau planning et de nouvelles modalités de fonctionnement ont été conçues pour répondre aux règles sanitaires et s'adapter au contexte professionnel : télétravail...

L'ESR et le CSE Renault Siège auront plaisir à faire évoluer cette offre de reprise durant la saison, selon vos fréquentations, vos attentes et suggestions.

Belle reprise !

Fonctionnement plages d'activités

Le respect de la distanciation sanitaire impose la gestion d'un nombre donné de pratiquants durant une plage horaire définie.

	Mardi		Jeudi	
Accueil	De 11h45 à 12h00 et de 13h30 à 14h00			
	Enregistrement auprès du coach pour création droits résa en ligne des créneaux			
Temps d'activités	Cours collectifs	Plateau machines	Cours collectifs	Plateau machines
	Nombre de personnes autorisées par créneaux : respect règles sanitaires			
	8	12	8	12
	12h00 à 12h45 Circuit training	11h45 à 12h45 "Plateau 1"	12h00 à 12h45 Culture physique	11h45 à 12h45 "Plateau 1"
	12h45 à 13h30 Cuisses - Abdos - Fessiers	12h45 à 13h45 "Plateau 2"	12h45 à 13h30 Gym douce	12h45 à 13h45 "Plateau 2"

Equipements dans le respect de la distanciation sanitaire :

2 vélos assis / 1 vélo allongé / 1 elliptique / 2 rameurs / 4 machines de musculation / 1 machine de musculation multiposte pour 1 utilisateur à la fois / 1 rack à haltères

Prestation dispensée par :
TheCorporateGym & Wellbeing



Comment adhérer

✓ Se connecter à : www.esrenault.fr / puis à son compte adhérent (à créer si nécessaire)

✓ Adhésion à « Gym Forme » (rubrique « Sports de bien-être ») : **10 €**

✓ Achat prestation « Espace Forme Plessis » : **15 € pour la période du 16.11.21 au 31.01.22**

Puis, à compter du 1^{er} février, nous ferons évoluer la prestation selon les attentes et proposerons une offre pour clôturer la saison, **toujours à tarif promotionnel.**

Rappel : nécessité de fournir un certificat médical dès l'inscription ou dans les meilleurs délais.

Comment réserver vos créneaux

✓ Dès votre adhésion à la section « Gym Forme » validée et le produit « Espace Forme Plessis » souscrit :

- Passage nécessaire auprès du coach de la salle pour création de vos droits de réservation en ligne de vos créneaux
- Puis résa de vos créneaux depuis : <https://center.tcgwellbeing.com/esrplessis/>

✓ Réservation possible à la semaine.

Infos pratiques

✓ Votre coach :



Magalie

✓ Serviette personnelle pour disposer sur équipements.

✓ Prévoir sa bouteille d'eau.

✓ Port du masque obligatoire.

✓ Désinfection par chaque utilisateur des matériels, avant et après utilisation.