



Comité des Œuvres Sociales
des Portes de l'Isère

INFO COS

**PROFITEZ DE REDUCTIONS
CHEZ NOS PARTENAIRES**

Sur présentation carte COS en cours de validité

Vous avez connaissance de réductions auprès
d'autres partenaires,
n'hésitez pas à contacter les référentes :

Nassera BOUZID 06 78 49 48 42
me.bouzid@orange.fr

Christine COCHARD 06 70 83 43 97
christine.cochard38@gmail.com

COS
RUE DU LEMAN
38090 VILLEFONTAINE

09 79 72 04 58
www.cosdesportesdelisere.fr

ANNEE 2026

SPORT

L'ORANGE BLEUE - L'ISLE D'ABEAU

Tél : 07 68 45 99 81

Formule Start : 30€ /4 semaines

Formule Boost : 40€ /4 semaines

Formule Prime : 45€ /4 semaines

Frais d'adhésion : 30€ (au lieu de 60€)

FIFTY NINE— BOURGOIN JALLIEU

Tél : 04 37 03 44 80

Formule 1 an : 32.50€/mois

Frais d'inscription : 39€ (au lieu de 59€)

RITUEL SPORT CLUB

Saint Quentin Fallavier—La Verpillière

Tél : 04 26 38 90 95

Tarif préférentiel/abt Tribu de 7.99 €/semaine.

Valable pour tous les clubs du réseau.

POMELOU – BOURGOIN JALLIEU

Tél : 07 85 75 39 99

Salle de Gym et d'éveil adaptée aux bébés

- 10% sur présentation de la carte COS

HTC—SANTE - BOURGOIN JALLIEU

Véronique Poncet : Tél : 07 56 47 69 99

Concept de remise en forme santé et bien-être, orienté vers la prévention et l'optimisation du capital santé.

Perdre du poids, se sentir mieux dans son corps, bien vieillir, rester en forme ou se remettre en forme.

HTC propose un accompagnement **global, personnalisé et efficace** sous forme de cures reposant sur 3 axes : l'alimentation, le développement physique ainsi que l'optimisation physiologique.

- ◆ Cures HTC Santé (gestion de son poids) : - **10%**
 - ◆ Cures MIHA Bodytec ou abonnement annuel (séances d'activité physique/électrostimulation) : - **10%** et
 - ◆ **-50%** sur le pack entrée MIHA
-

BIEN-ÊTRE

LA CABANE CLAIR DE LUNE

91 Impasse du Verger 38090 ROCHE

06 30 94 99 17

site web : www.lacabaneclairdelune.fr.

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET PALMAIRE

MASSAGE AMMA ASSIS

COMMUNICATION ANIMALIERE

**BILLETERIE : 25 € la séance de Réflexologie
billets vendus aux permanences COS**

LIBEREZ-VOUS par L'HYPNOSE

Sébastien Cocco : 07 64 07 31 43

38070 St Quentin Fallavier

Mail : hypnococco@gmail.com

L'hypnose peut vous aider à transformer les freins ou croyances limitantes en des croyances actives de changement et d'apaisement.

Tarifs préférentiels COS :

Arrêt tabac, perte de poids, addiction (**3 séances**) **200 €**

Hypnose régressive ou spirituelle : **120 €/séance**

Trouble du sommeil, phobie, état dépressif...:

70 € la séance (1h30)

KINESIOLOGIE—MASSAGES

533 Chemin du Vignier 38440 ARTAS

<https://lestempsdus-kinesiologie.fr>

Marie Agnès : 07 82 57 41 80

Le trio « éveil intérieur » : harmoniser le mental, les émotions et le corps, afin de permettre une libération profonde et une reconnexion à soi.

1– la Kinésiologie : mettre des mots sur les maux pour retrouver sérénité et équilibre.

2– massage « Chi Nei Tsang » : dénouer les tensions profondes, libérer les émotions retenues.

3– Soin Cellrelease : un massage pour aider à libérer les mémoires cellulaires.

10 € de réduction par séance.

OSTEOPATHE—ROCHE

91 Impasse du Verger 38090 ROCHE

Laëtitia MARTIN-BORELLA : 06 31 45 94 75

Réservation : Doctolib.fr

5 € de réduction sur toutes les séances d'ostéopathie pour toutes les personnes sur la carte

HARMONIE DU REGARD—ROCHE

Esthéticienne diplômée

Ysaline : 06 13 72 90 59

Outre les soins esthétiques traditionnels, vous propose des spécificités telles que :

Soins paraffine mains/ soins CALLUSPEELING pieds.

Manucure japonaise, cure détox, soin, fortification et croissance des ongles.

Épilation traditionnelle et au fil.

Microblading (pigmentation semi-permanent sourcils).

Massage Shiroshampi cuir chevelu/Visage/cou/épaules

Massage pierres semi-précieuses

Soins du visage , maquillage (soirées, mariages...).

La radiofréquence :

.pour le visage : raffermir la peau et atténuer les signes de l'âge.

. Pour le corps : raffermir et affiner la silhouette.

Ateliers enfants /ados : (anniversaires...)

Spécial Ados : (atelier + palette maquillage + livret)

Conseils et astuces pour bien se maquiller et prendre soin de sa peau + cartes cadeaux.

15 % de réduction (hors épilations, cures et ateliers anniversaires)

L'INSTANT MAGIQUE—Nivolas-Vermelle

Esthéticienne diplômée
Nathalie : 04 74 18 11 54

Outre les soins esthétiques traditionnels, vous propose des spécificités telles que :

Spécialité Soins et produits Bio

Soin du visage Millésime : bulle de jouvence des peaux fatiguées en manque d'éclat.

Blooméa (appareils) : agit sur les rides, les cicatrices, les tâches pigmentaires et illumine le teint...

Néolift : combinant les courants de haute fréquence et les courants de basse fréquence pour les soins anti-âge.

Modelages : Suédois, Singapourien? Californien...

10 % de réduction sur toutes les prestations.

BOISSONS

L'ISLE AUX VINS—L'Isle d'Abeau

2 pl G Péri -L'Isle d'Abeau - Tél : 04 74 93 36 62

7 % de remise sur les vins et les bières

CAFES COLOMBUS—L'Isle d'Abeau

Galerie marchande Carrefour IDA

10 % de remise sur l'addition.

OPTICIENS

OPTICIEN FOX SEE—LA VERPILLIERE

32 avenue de la libération
Téléphone : 04 69 31 85 63

30 % de réduction sur monture optique et solaire

OPTICAL CENTER—BOURGOIN JALLIEU

Téléphone : 04 74 43 81 05

- ♦ **50 %** sur tous les montures optiques
- ♦ **2ème offert** à hauteur remisee du 1er modèle (hors 100% santé)

FLEURISTES

GUERRIER HORTICULTEUR

L'ISLE D'ABEAU Tel : 04 74 27 08 33

10 % de réduction sur toute la jardinerie

FLEURISTE FLOR'ENZO Vaulx Milieu

Tél : 04 74 94 42 85

10 % de réduction hors promotions, mariages, deuil et transmissions florales

VEHICULES (AUTO-MOTO)

DAFFY MOTOS — RUY MONTCEAU

Tél : 04 74 43 30 14

15 % de réduction (hors véhicules, pneus et accessoires high tech).

AUTOVISION VILLEFONTAINE

Tél : 04 74 96 69 09

20 % de réduction (contre visite gratuite)

SECURITEST—SAINT QUENTIN FALLAVIER

Tel : 04 74 99 05 65

15 € de remise (contre visite gratuite)

IDEAL PNEUS (Bourgoin La Maladière)

07 58 68 67 58

5% de réduction (hors promos et locations)

BARGEON PNEUS—VILLEFONTAINE

Tel 04 74 96 69 91

Remise attribuée sur les pneumatiques
(taux de remise différent selon les marques)

LOISIRS

TROT EXPLORER—TREPT

06 22 90 07 48 - trottexplorer@gmail.com

Location de trottinettes électriques tout terrain .
Plusieurs points de départ possibles sont aussi prévus
le long des pistes cyclables, voie verte et ViaRhona.

Parcours hors route chaque fois que possible, sur piste
cyclable et voie verte, voire chemins ruraux.
1407 route des Alpes 38460 Trept

10 % de réduction à partir de 50 €

VITESSE \$ OFFROAD

Stage moto & séjours—Beaujolais

Jean Charles LEGALL : 06 18 43 16 18

Instructeur guide diplômé FFM

legalljeancharles@gmail.com

- ◆ initiation vitesse
- ◆ Initiation offroad
 - ◆ Trip en France et à l'étranger



Jusqu'à 10 % de réduction

LOISIRS

LE DOMAINE DES FAUVES - FITILIEU

Parc Zoologique RN 75— Tél : 04 76 55 28 88

Tarifs COS (sur présentation de la carte) :

10 € enfants

12 € adultes

BORN TO BE A LIFE—BOURGOIN

Bornes de jeux vidéo Vintage

Tél : 06 73 99 12 32

Plongez dans les années 80 avec ARCADE RETRO

1 espace dédié aux jeux vidéos

1 lieu de partage et de divertissements.

Privatisation pour anniversaires,...

Formule champignon - 1h : 10€

Formule fleur de feu—illimité : 20€

BRICOLAGE

LOXAM LOCATION DE MATERIEL

Agences Bourgoin, Vienne, Echirolles, Grenoble Nord.

25% de remise sur la location de matériel.

PEINTURES TOLLENS - BOURGOIN

04 74 28 49 89

10 % minimum de réduction sur peintures

Attention : se présenter en tant qu'adhérent au
COS de la CAPI (le COS des portes de l'Isère étant
référéncé sous cet intitulé).

VIVRE EN BOIS - NIVOLAS VERMELLE

04 74 28 82 65

10 % de remise sur la totalité du catalogue.

VOYAGES— VACANCES

CARREFOUR VOYAGES - L'Isle d'Abeau

Tél : 04 74 18 38 07

5 % de remise (hors Club Med et promotions)

Frais de dossiers offerts

LECLERC VOYAGES—Bourgoin Jallieu

Tél : 04 74 43 51 00

5 % de remise sur tous les catalogues hors tarifs promotionnels, vols secs, billetterie, offres Clubs Med). **Frais de dossiers offerts.**

VOS VACANCES AVEC NOS PARTENAIRES :

HOMAIR/TOHAPI—ODALYS—

PIERRE & VACANCES

Tarifs préférentiels, conditions, modalités de réservations et participations du COS : Consulter l'onglet « spécial vacances » sur le site Internet COS des Portes de l'Isère.

COS

Avenue du LEMAN
38090 VILLEFONTAINE

09 79 72 04 58

www.cosdesportesdelisere.fr