

LES ACTIVITÉS SPORTIVES

GYMNASTIQUE FÉMININE

- Reprise à partir du 31 août 2020 -

Poussines 1 (Nées en 2013-2014): Mercredi 13h30-15h et Samedi 11h-13h

Poussines 2 (Nées en 2011-2012): Mercredi 15h15-16h45 et Samedi 11h-13h

Jeunesses (Nées en 2007-2008-2009-2010) : Lundi et Mercredi 18h30-20h30

Âînées (Nées en 2006 et avant) : Mardi et Jeudi 18h30-20h30

GYMNASTIQUE MASCULINE

- Reprise à partir du 1er septembre 2020 -

Poussins (Nés en 2012-2013-2014): Mercredi 17h-19h et Vendredi 18h30-20h30

Pupilles (Nés en 2006-2007-2008-2009-2010-2011). Mercredi 17h-19h et Vendredi 18h30-20h30

Adultes (Nées en 2005 et avant): Mardi 18h30-20h30 et Vendredi 20h-21h30

VIET VO DAO

- Reprise à partir du 31 août 2020 -

Enfants (6-14 ans): Mercredi et Vendredi 17h30-18h30

Adultes (à partir de 15 ans): Lundi et Jeudi 19h30-21h

FOOTBALL

- Reprise à partir du 3 août -

Séniors (place limitées) → Contacter l'association

LES ACTIVITÉS CULTURELLES

CHORALE ADULTES

- Reprise à partir du 3 septembre 2020 -

Séances les jeudis 20h-21h30

GUIWARE & PIANO

- Reprise à partir du 1er septembre 2020 -

Cours individuels de 30 minutes les mardis, mercredis, vendredis et samedis. Jour et heure fixe à définir en fonction des disponibilités.

LES ACTIVITÉS SPORTIVES DE LOISIRS ET DE BIEN-ÊTRE

EVEIL DE L'ENFANT

- Reprise à partir du 8 septembre 2020 -

Eveil sportif (Né(e)s en 2015-2016-2017): Mardi 17h30-18h30

Samedi 10h-11h

LOISIRS GYM/TRAMPO

- À partir du 9 septembre 2020 -

6-9 ans : Mercredi 10h30-12h

10-15 ans : Vendredi 17h30-19h

Adultes (+ de 15 ans) : Jeudi 20h-21h30



DANSE MODERN' JAZZ

- Reprise à partir du 11 septembre 2020 -

Enfants et Ados (4-11 ans): samedis 15h30-17h

Ados et Adultes (12 ans et +): vendredis 19h30-21h

TAI CHI CHUAN

- Reprise à partir du 7 septembre 2020 -

Tai chi santé (cours adapté au sport-santé) : lundi 18h30-19h30

Tai chi Débutant (moins de 3 ans de pratique) : mercredi 18h-19h

Tai chi Intermédiaire (minimum 3 ans de pratique) : mercredi 19h-20h

Tai chi Pratique libre (plus de 3 ans de pratique) : mercredi 20h-21h

Inscription à l'année sur une seule séance par semaine

GYM FORM'

- Reprise à partir du 1er septembre 2020 -

Gym Form' Tonic (fitness, cardio-training ..) : mardi 19h-20h

jeudi 19h-20h

Gym Form' Détente (niveau intermédiaire) : jeudi 10h-11h30

Gym Form' Séniors (séance adaptée aux séniors) : jeudi 10h-11h30

Cardio-Combat : mercredi 19h-20h30

YOGA

- Reprise à partir du 31 août 2020 -

- Lundi 18h15-19h15 (tous niveaux)

- Mardi 9h-10h (niveau intermédiaire)

- Mardi 10h15-11h15 (niveau intermédiaire)

- Mardi 11h30-12h30 (débutant)

- Jeudi 18h15-19h15 (tous niveaux)

Inscription à l'année sur une seule séance par semaine.