

## SAISON 2017/2018

# RENSEIGNEMENTS & HORAIRES DES ACTIVITES

Les inscriptions ou réinscriptions sont possibles à partir du lundi 21 août 2017: les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 15h à 18h30 - les mercredis de 13h30 à 18h30

Les samedis de 10h30 à 12h30 à partir du 2 septembre

Pour toutes nos activités nous proposons 2 séances d'essai gratuites  
(voir détails des horaires au dos)

MODALITES D'INSCRIPTION	
<p>Gymnastique féminine Gymnastique masculine Eveil de l'enfant Gym Form' Détente Gym loisirs aux agrès Danse Modern Jazz Tai chi chuan Yoga</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour un nouvel adhérent : Un certificat médical obligatoire dès la première séance</li> <li>- Pour un renouvellement : le questionnaire de santé complété</li> <li>- Une photo d'identité</li> <li>- Le montant de la cotisation</li> <li>- Le bulletin d'adhésion complété et signé (pour les renouvellement le bulletin d'inscription est déjà pré-rempli)</li> <li>- Avoir pris connaissance des consignes administratives</li> </ul>
<p>Viet Vo Dao Football vétérans</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Un certificat médical obligatoire dès la première séance</li> <li>- Pour un renouvellement (foot uniquement) : le questionnaire de santé complété</li> <li>- Le montant de la cotisation</li> <li>- Le bulletin d'adhésion complété et signé (pour les renouvellement le bulletin d'inscription est déjà pré-rempli)</li> <li>- Avoir pris connaissance des consignes administratives</li> </ul>
<p>Musique &amp; Chant</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le montant de la cotisation</li> <li>- Le bulletin d'adhésion complété et signé (pour les renouvellement le bulletin d'inscription est déjà pré-rempli)</li> <li>- Une photo d'identité</li> <li>- Avoir pris connaissance des consignes administratives</li> </ul>

Pour toutes les activités, le montant de la cotisation (voir les tarifs dans les consignes administratives) peut se régler sur un maximum de 5 règlements avec les moyens suivants : carte bancaire, espèces, chèques, tickets loisirs CAF, Shake@do du conseil départemental, coupons sports ANCV, chèques vacances ANCV.

**Vous aimez notre association ?**

**Parlez-en à votre entourage ... parce que notre meilleure publicité c'est vous !**

## YOGA

*Cours pour ados, adultes et seniors*



- Mardi de 10h30 à 11h30
- Mercredi de 18h à 19h

**À partir du mardi 12 septembre**

Inscription à l'année sur 1 séance par semaine suivant le jour choisi

## GYMNASTIQUE LOISIRS AUX AGRÈS

*Adultes à partir de 18 ans*



- Séance les jeudis de 18h30 à 20h30

**À partir du jeudi 14 septembre**

Séance composée d'un échauffement dirigé par un animateur et de pratique libre sur les agrès et le trampoline

## MUSIQUE & CHANT

Djembé (ados et adultes): Mardi et Vendredi de 18h à 20h

**Reprise à partir du mardi 6 septembre**



Guitare (à partir de 7 ans): Cours individuels pour débutants du mardi au samedi. Jour et heure fixe à déterminer suivant disponibilités. 30 minutes pour enfant - 45 minutes pour adultes

Clavier (à partir de 7 ans): Cours individuels pour débutants du mardi au samedi. Jour et heure fixe à déterminer suivant disponibilités. 30 minutes pour enfant - 45 minutes pour adultes

Solfège (à partir de 7 ans): Cours collectif le jeudi de 18h à 19h

Chorale adultes: Le Jeudi de 19h30 à 21h30

Chorale enfants: Le samedi de 14h à 16h

**À partir du mardi 12 septembre**

## TAI CHI CHUAN

Cours débutants (moins de 2 ans de pratique): Mercredi de 18h30 à 20h

Cours confirmés (au moins 4 ans de pratique): Mercredi de 20h à 21h30



Cours intermédiaires (au moins 2 ans de pratique): Mardi de 18h30 à 20h

**Reprise le mercredi 6 septembre**

## GYMNASTIQUE FÉMININE

Poussines (nées de 2008 à 2012): mercredi de 14h à 16h30 et samedi de 10h30 à 12h30.

Jeunesses (nées de 2004 à 2007): lundi de 18h30 à 20h30 et mercredi de 18h à 20h.

Aînées (nées en 2003 et avant): mardi et vendredi de 18h30 à 20h30.

**Reprise à partir du mardi 5 septembre**

## DANSE MODERN JAZZ

Enfants (4-8ans): samedi de 14h30 à 16h

Ados 1 (8-11ans): samedi de 14h30 à 16h

Ados 2 (11-15ans): mardi de 19h à 20h30

Adultes: mardi de 19h à 20h30

**Reprise à partir du mardi 5 septembre**

## GYMNASTIQUE MASCULINE

Poussins (nés de 2009 à 2012): mercredi de 16h30 à 18h et jeudi de 18h30 à 20h.

Pupilles (nés de 2003 à 2008): mercredi de 16h30 à 18h et Jeudi de 18h30 à 20h30.

Adultes (nés en 2002 et avant): mardi et jeudi de 18h30 à 20h30

**Reprise à partir du mardi 5 septembre**

## VIET VO DAO

Cours enfants (à partir de 6 ans): mercredi et vendredi de 17h à 18h30.

Cours adultes (à partir de 15 ans): lundi et jeudi de 19h30 à 21h

**Reprise à partir du 4 septembre pour les adultes et du 13 septembre pour les enfants**

## EVEIL DE L'ENFANT

*Pour les enfants de 3 à 5 ans*

Séances les mardis de 17h30 à 18h30

**Reprise le mardi 12 septembre**

## GYM FORM' DÉTENTE

Cours adultes: Mercredi de 18h30 à 19h30

Cours seniors: Jeudi de 10h à 11h30

**Reprise à partir du mercredi 13 septembre**

## FOOTBALL

Loisirs vétérans: nés en 1979 et avant.

Entraînements et rencontres les vendredis soirs