

saison 2019/2020

LUNDI	18h00-18h45	PILOXING - STEP *	
	18h45-19h30	RENFO MUSCULAIRE	Laurence
	19h30-20h15	PILATES	
MARDI	18h30-19h30	HIT STRETCHING	Simon
	19h30-20h30	ZUMBA <i>à partir de 12 ans</i>	
MERCREDI	18h00-19h00	RENFO STRETCHING	Benjamin
	19h00-20h00	AERO DANCE <i>à partir de 12 ans</i>	
VENDREDI	18h00-18h45	STEP	
	18h45-19h30	CIRCUIT TRAINING	Simon
	19h30-20h15	ZUMBA <i>à partir de 12 ans</i>	

* cours par alternance toutes les 3 à 4 semaines

INSCRIPTIONS

- mercredi 4 sept 18h / 20h salle joseph Clavier
- vendredi 13 sept 18h / 20h15 salle des sports
- lundi 23 sept 18h / 20h15 salle joseph Clavier

Sur dossier complet uniquement :

certificat médical valide (<2 mois) + 1 photo d'identité pour les nouveaux licenciés + 1 enveloppe timbrée ou adresse mail + le règlement (1 chèque de 115 € ou 2 chèques de 57,50 €).

90 € enfants
(12 et 13 ans pour les cours zumba et Aéro)

115 € 14 ans et +
adultes
(accès à tous les cours)