

# Planning des activités 2017-2018

Version du 7 juin 2017

Arts martiaux et sports de combat		
Boxe française cours mixte	lundi	19h30 - 21h
cours féminin	vendredi	20h30 - 22h
Capoeira enfants *	mercredi	14h - 15 h
Capoeira adultes	lundi	20h - 21h30
	jeudi	20h - 21h30
	samedi	14h30 - 16h
Iaido	mardi	19h - 20h30
	jeudi	19h - 20h30
Jodo	mardi	20h30 - 22h
Karaté enfants *	mercredi	13h - 14h
	jeudi	17h - 18h
Karaté ados *	mercredi	14h - 15 h
	jeudi	18h - 19h
Karaté adultes *	mercredi	19h - 20h
	jeudi	19h - 20h
Kendo enfants *	mercredi	18h - 19h30
	samedi	10h - 11h30
Kendo adultes	lundi	20h30 - 22h
	mercredi	20h30 - 22h
	vendredi	20h30 - 22h
	dimanche	10h30 - 12h
	mercredi	15h - 16h
Kung-fu ados *	mercredi	16h - 17h30
Kung-fu adultes	mercredi	19h - 20h30
	samedi	19h - 20h30
Nunchaku	jeudi	19h30 - 22h

\* pas d'activité pendant les vacances scolaires

Natation		
Natation enfants débutants *	jeudi	18h - 18h45
	jeudi	18h45 - 19h30
Natation enfants *	vendredi	18h - 19h
Natation adultes * et ados *	lundi	20h - 21h
	jeudi	19h30 - 21h
	vendredi	19h - 20h
Détente et bien-être		
Tai chi	mardi	12h - 13h30
	jeudi	19h30 - 21h
Yoga dynamique	mardi	19h30 - 21h
	samedi	10h30 - 12h
Gym et fitness		
Fitness	lundi	12h - 13h 18h30 - 19h30
	mercredi	12h30 - 13h30
	vendredi	18h30 - 19h30
Gym adaptée	lundi	11h - 12h
Gym douce	mardi	10h30 - 11h30
	jeudi	10h30 - 11h30
	vendredi	10h30 - 11h30
Gym équilibre	mercredi	10h30 - 11h30
Pilates	mercredi	11h30 - 12h30
	vendredi	19h30 - 20h30
Zumba	mardi	20h - 21h
	jeudi	12h - 13h

\* pas d'activité pendant les vacances scolaires

Danses		
Country line dance	mercredi	19h30 - 20h30
Danse orientale contemporaine	mardi	19h - 20h
Eveil corporel 4-5 ans *	mardi	17h - 18h
	vendredi	17h - 18h
Initiation à la danse 6-7 ans *	vendredi	17h - 18h
Hip-hop débutants *	mardi	18h30 - 19h30
Hip-hop confirmés *	mercredi	18h - 19h
	mercredi	19h - 20h
Modern jazz 9-12 ans *	mercredi	14h - 15h
Modern jazz 13-16 ans *	mercredi	15h - 16h
Tarifs annuels		
Pour	Adultes	Enfants
1 cours par semaine	280 €	224 €
2 cours par semaine	370 €	296 €
3 cours et + par semaine	420 €	336 €
Kendo adultes	370 €	
Nunchaku	280 €	
Natation	190 €	190 €
Carte 10 cours fitness	100 €	
Frais d'adhésion : 20 €		
Frais de dossier : 10 €		

Culture		
Aide aux devoirs *	du lundi au vendredi	16h30 - 19h
Comédie musicale enfants *	mercredi	16h30 - 17h30
Comédie musicale adultes	lundi	19h - 20h30
Dessin enfants *	mercredi	14h - 15h
Dessin adultes	jeudi	19h - 20h30
Éveil musical 3-5 ans *	samedi	10h - 11h
	samedi	11h - 12h
Éveil musical 6-8 ans *	samedi	11h - 12h
Guitare enfants *	mercredi	18h - 19h
Guitare adultes	mercredi	19h - 20h
Percussions débutants	lundi	18h30 - 19h30
	lundi	19h30 - 20h30
Théâtre enfants 4-6 ans *	lundi	17h - 18h
	mardi	17h - 18h30
enfants 7-12 ans *	lundi	10h30 - 12h
	mardi	20h - 21h30
Théâtre adultes	jeudi	17h - 18h15
Tricot enfants *	jeudi	10h - 11h45
Tricot adultes	jeudi	19h30 - 20h45
	jeudi	19h30 - 20h45

\* pas d'activité pendant les vacances scolaires

Sont acceptés : les chèques ANCV sport et vacances, les tickets loisirs de la CAF.

Réductions possibles en fonction du quotient familial (apporter justificatif de ressources : avis de non-imposition ou CAF). Réductions pour les familles. Facilités de paiement.