PLANNING GÉNÉRAL DES ACTIVITES ADULTES

ACTIVITES ADULTES					
JOURS	HORAIRES	ACTIVITES	SALLES	TARIFS	ANIMATEURS
LUNDI	10h00-11h00	Réveil musculaire	Salle MJC	180	Virginie
	11h00-12h00	Circuit training adapté	Salle MJC	180	Virginie
	14h00-17h00	Scrabble*	Salle du Millénaire	55	Annie
	14h45-15h45	Gym Douce	Salle MJC	180	Christophe
	19h30-21h30	Jeet Kun Do	Dojo	190	Domingo
MARDI	18h15-19h15	Strong Fitness	Salle MJC	180	Virginie
	19h15-20h15	Stretching	Salle MJC	180	Virginie
	18h30-19h30	Danse Espagnole	Salle du Millénaire	180	Laetitia
	19h00-20h00	Danse country* débutant	Maison du Peuple	65 / trim.	Charm's Country
	20h00-21h00	Danse country* inter	Maison du Peuple	65 / trim.	Charm's Country
	19h30-21h00	Taï Chi Chuan	Salle du Millénaire	190	Michel
	20h00-21h00	Taekwondo	Dojo	230+42 licence	Franck
	18h45-19h45	Body taekwondo	Dojo	185	Franck
MERCREDI	18h00-19h00	Pilates	Salle MJC	190	Christophe
	19h00-20h15	Yoga	Dojo	190	Béatrice
	19h00-20h00	Zumba	Salle MJC	190	Christophe
	20h00-21h00	Circuit training	Salle MJC	190	Christophe
JEUDI	09h00-10h30	Gym Body	Salle MJC	180	Christophe
	10h30-11h45	Yoga	Dojo	190	Béatrice
	14h00-17h00	Couture*	Salle du Millénaire	100	Hélène
	18h00-19h00	Espagnol débutant	Salle du millénaire	165	Léopoldo
	19h00-20h00	Espagnol confirmé	Salle du millénaire	165	Léopoldo
	18h45-20h15	Taekwondo	Dojo	230+42 licence	Franck
	20h30-22h00	Danse moderne	Salle MJC	190	Marilyne
	20h45-21h45	Pilâtes	Salle Maffre CREISSAN	190	Christophe
VENDREDI	09h00-10h30	Pilates	Salle MJC	190	Christophe
DIMANCHE	09h00	*Randonnée - 1 fois/mois	RDV Cave Cooperative	40/Pers-50/Foyer	Béa et Francis

Toute activité commencée est due. Aucun remboursement ne sera effectué (sauf certificat médical ou déménagement à + de 20 kms).

Pour des raisons de sécurité aucun participant ne sera admis dans son activité sans être à jour de ses cotisations.

La carte d'adhérent est obligatoire pour toute inscription à une activité, soumise à cotisation, elle vous sera demandée en début de cours.

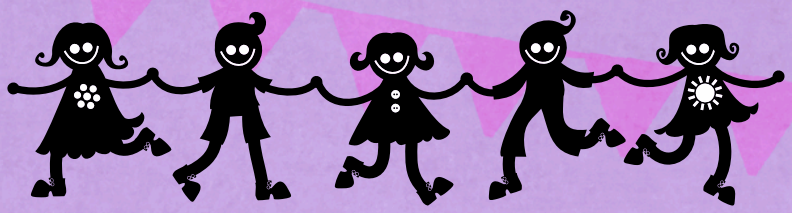
Au bout d'un mois de fréquentation, les animateurs sont en droit de vous refuser si vous n'êtes pas à jour de vos cotisations.

PLANNING GÉNÉRAL DES ACTIVITES ENFANTS ET ADOS

PASS SPORT
MINISTÈRE DES SPORTS ET DES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES

ACTIVITES ENFANTS / ADOS

JOURS	AGES	HORAIRES	ACTIVITES	SALLE	TARIFS	ANIMATEURS
MARDI	Dès 6 ans	17h15-18h15	Zumba	Salle MJC	150€	Virginie
	7-12 ans	17h30-18h30	Taekwondo	Dojo	190€+42€ licence	Franck
	15 ans et +	18h45-19h45	Body Taekwondo	Dojo	185€	Franck
MERCREDI	2-4 ans	10h00-11h00	Baby Gym	Dojo	150€	Laëtitia
	3-6 ans	11h15-12h15	Danse espagnole	Salle MJC	150€	Laëtitia
	7 ans et +	14h00-15h00	Danse espagnole	Salle MJC	150€	Laëtitia
	8 ans et +	15h00-16h00	Break Dance	Salle MJC	150€	Laëtitia
	4-6 ans	11h15-12h15	Judo	Dojo	150€ + 46€ Licence	Alex
	6 ans et +	14h00-15h00	Judo	Dojo	150€ + 46€ Licence	Alex
	Dès 8 ans	15h00-17h00	Acro sport	Dojo	170€	Delphine
	Dès 8 ans	17h00-19h00	Acro sport	Dojo	170€	Delphine
JEUDI	4-5 ans	17h30-18h30	Danse Moderne	Salle MJC	150€	Maryline
	6-11 ans	18h30-19h30	Danse Moderne	Salle MJC	150€	Maryline
	12-15 ans	19h30-20h30	Danse Moderne	Salle MJC	150€	Maryline
	7-12ans	17h30-18h30	Taekwondo	Dojo	190€+42€ licence	Franck
VENDREDI	4-6 ans	17h30-18h30	YoseikanBudo	Dojo	150€	Rémy
	7 ans +	18h30-19h30	Yoseikan Budo	Dojo	150€	Rémy



Toute activité commencée est due. Aucun remboursement ne sera effectué (sauf certificat médical ou déménagement à + de 20 kms).
Pour des raisons de sécurité aucun participant ne sera admis dans son activité sans être à jour de ses cotisations.
La carte d'adhérent est obligatoire pour toute inscription à une activité, soumise à cotisation, elle vous sera demandée en début de cours.
Au bout d'un mois de fréquentation, les animateurs sont en droit de vous refuser si vous n'êtes pas à jour de vos cotisations.