

COURS DE GYMNASTIQUE AUX AGRES SAISON 2015-2016
07/07/2015

ACTIVITE	N°	ANNEE DE NAISSANCE	JOUR	HORAIRE	SALLE	COTISATION
BABY GYM	1	2013	MERCREDI	9h30 10h10	TAMARIS	111 €
	2	2013	SAMEDI	9h00 9h40		
	3	2012		9h40 10h25		
	4	2012		10h30 11h15		
	5	2011		11h15 12h00		
ECOLE DE GYM	1	2010-2009		LUNDI	17h00 18h15	TAMARIS
	2	2008-2007	MERCREDI	13h30 15h00		
	3	2008-2007	JEUDI	17h30 19h00		
	4	2010-2009	SAMEDI	13h30 14h45		
GYMNASTIQUE	1	GYM ADULTE ET ADO (né(e) en 2000 et avt)	MARDI	19h30 21h00	K. BOUCHER	133 €
	2	2001-2006 loisir	MERCREDI	18h30 20h00	TAMARIS	133 €
	3	PREFO 2010	MERCREDI	17h00 18h30	TAMARIS	133 €
	4	FORMATION 1 2009-2008	MARDI	17h30 19h30	K. BOUCHER	156 €
			MERCREDI	15h00 16h30		
	5	DR 2005-2006-2007 2008 (compétition)	LUNDI	17h30 19h30	K. BOUCHER	156 €
			MERCREDI	17h00 19h00		
	6	LR 2004 et AVT (compétition)	MARDI	17h30 19h30	K. BOUCHER	156 €
			VENDREDI	17h30 20h00		
	7	LZ (compétition)	MERCREDI	17h00 20h00	K. BOUCHER	188 €
			JEUDI	17h30 19h30		
			SAMEDI	9h00 12h30		
	8	DIR (compétition)	MERCREDI	13h30 16h30	K. BOUCHER	188 €
			JEUDI	17h30 19h30		
			VENDREDI	17h30 19h30		
	9	FORMATION 2 2008-2007	MARDI	17h30 19h30	K. BOUCHER	188 €
			MERCREDI	13h30 17h00	K. BOUCHER	
			VENDREDI	17h30 19h30	K. BOUCHER	
			SAMEDI	10h00 12h30	K. BOUCHER	
10	FED	LUNDI	17h30 20h00	K. BOUCHER	267 €	
		MERCREDI	13h30 17h00			
		VENDREDI	17h30 20h00			
		SAMEDI	9h00 12h30			

COURS ACTIVITES PHYSIQUES D'ENTRETIEN SAISON 2015/2016

ACTIVITES	N°	JOURS	HORAIRE	SALLE	ENTRAINEUR	COTISATION
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	1	LUN	12h15 13h15	Tamaris	Laurent	1 séance
GYM ENTRETIEN	2		18h15 19h15	Tamaris	Françoise	135 €
TBC - TOTAL BODY CARDIO	3		19h30 20h30	Karine Boucher	Laurent	
STRETCHING	4	MAR	11h15 12h15	Tamaris	Irina	2 séances
BODY BARRE	5		12h15 13h15	Tamaris	Laurent	184 €
STEP confirmé	6	MER	20h15 21h15	Karine Boucher	Irina	3 séances
TAF/STRETCHING	7		21h15 22h00	Karine Boucher	Irina	
PILATES	8	JEU	11h15 12h15	Tamaris	Irina	223 €
ZUMBA	9		19h00 20h00	Tamaris	Irina	4 séances et +
STEP intermédiaire	10		19h30 20h30	Karine Boucher	Katia	
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	11		20h30 21h30	Karine Boucher	Katia	
GYM MÉMOIRE	12	VEN	9h45 11h00	Tamaris	Françoise	
GYM DOUCE	13		11h00 12h00	Tamaris	Françoise	

Sous réserve de 10 personnes minimum par cours