

ALB ACTIVITÉS 2014 - 2015 DU 15 SEPTEMBRE 2014 AU 27 JUIN 2015
PREVISIONS CALENDRIER SPORTIF

	JOUR	HEURES	ACTIVITES	PUBLIC	TARIFS	LIEU	SALLE	ANIMATEUR	
GYM	Lundi	9h30/11h00	Gym Tonic	Tout public	Voir ci-dessous	CO*	Ritter	Christine Largeteau	
		19h00/20h00						Jacqueline Dufour	
		20h00/21h30	Gym Zen (d'inspiration "pilates") stretching				Danse	Sylvie Bouteilloux	
	Mardi	9h00/10h30	Gym Douce				Ritter	Jacqueline Dufour	
		20h30/22h00	Cardio - lia				Danse	Didier Ebeyer	
	Mercredi	10h00/11h00	Gym Swiss ball				Ritter	Sylvie Bouteilloux	
		18h00/19h00							
	Jeudi	14h00/15h30	Gym Tonic						Jacqueline Dufour
		19h00/20h00							
	Tarif cours de GYM: 1h* 126€ - 1h1/2* 162€ - 2 cours et + 192€								
DETENTE	Lundi	13h30/14h30	Marche Nordique	Tout public	forfait 65 €	CO*	Lieux variés	Jacqueline Dufour	
	Samedi ou dimanche 15 sorties	8h30/12h00			forfait 70 €				
	Forfait semaine + week-end				forfait 100 €				
	Mardi	19h00/20h30	yoga	Tout public	225 €		Salle N°1 A France	Catherine Bon	
	Jeudi Nouveau	12h15/13h00			150 €				
	Jeudi Nouveau	13h00/13h45							
	Samedi	vacances scolaires	Stage gym zen stretc	Tout public	sur demande		Ritter	Sylvie Bouteilloux	
		11oct- 06 dec -31 janv -07 mars-	Stage Qi Gong					Marie -Louise Vinel	
DANSE	Lundi	19H00/20h00	Assouplissements/barres/sol (Tarif différent si jumelé avec un cours de danse)	Tout public	147€ ou 84€	CO*	Danse	Sylvie Bouteilloux	
		20h00/21h30	Hip Hop		198 €		Ritter	Nordine TAZIBT	
	Mercredi	13h30 15h00	Jazz 2	8/10 ans - Ce2 Cm2	201 €			Sylvie Bouteilloux	
		15h00/16h00	Jazz 1	6/8 ans - Cp - Ce1	147 €				
		16h15/17h00	Eveil Corporel	3/4ans	147 €				
		17h00/17h45	Eveil Danse	4/5 ans	147 €				
		15h15 16h15	Street Dance	Débutant moyen (à partir de 8ans)	147 €		Danse		Audrey Moreau
		16h15 17h15		Intermédiaire 1	147 €				
		17h15 18h45		Intermédiaire 2	201 €				
		19h00 20h30		Confirmé	201 €			Ritter	
		20H30 22h00		Adultes	201 €				
	Vendredi	16h30/17h30	Jazz 3	débutant moyen (à partir de 8 - 11 ans)	147 €		Ritter	Nathalie Guilgaut Klein	
		17h30/19h00	Jazz 4	12 - 13 ans	201 €				
		19h00/20h30	Jazz 5	14ans et ++ confirmés	201 €				
		20h30/22h00	Jazz 6	Ados - Adultes confirmés	201 €				
		20h00/21h30	Danses du monde (Océanie, Antilles, etc)	Tout public	201 €				Oiseau Blanc ou CO*
	Samedi	9h30/10h15	Bébé Gym	15/24 mois	147 €		CO*	Ritter	Patricia de Magondeaux ou Valérie Blachon
		10h15/11h00		24/36 mois	147 €				
		11h00/11h45		24/36 mois	147 €				