

▶ ACTIVITÉS PHYSIQUES

Certificat médical obligatoire à l'inscription

Sophrologie

Judi de 18 h 45 à 19 h 45

Reprise : jeudi 21 septembre

Magali PIGNOUX (Nouvelle animatrice)

Tarif : 126 €/an

Yoga

Lundi de 9 h 30 à 11 heures

Reprise : lundi 18 septembre

Mardi de 17 h 15 à 18 h 45

Reprise : mardi 19 septembre

Judi de 20 heures à 21 h 30

Reprise : jeudi 21 septembre

Philippe GAULIN

Tarif : 135 €/an

Atelier de bien-être

Mardi de 9 h 15 à 10 h 30

Reprise : mardi début octobre

Marie-Paule CHARRIER

Tarif : 126 €/an

Atelier stretch relax

Lundi de 18 h 30 à 19 h 45

1^{er} cours : début octobre

Mardi de 10 h 30 à 11 h 45

1^{er} cours : début octobre

Marie-Paule CHARRIER

Tarif : 126/an (25 séances/an)

Atelier do in

Judi de 17 à 18 heures

Début : jeudi 21 septembre

Véronique MARCHAIS

Tarif : 135 €/an (30 séances/an)

Pilates

Judi de 18 à 19 heures (débutants(tes))

Reprise : jeudi 21 septembre

Judi de 19 à 20 heures (non débutants(tes))

Reprise : jeudi 21 septembre

Véronique MARCHAIS

Tarif : 135 €/an (30 séances)

Fitness dance kids

(Gym fitness et chorégraphie dansée)

Enfants à partir de 8 ans

Lundi de 17 h 45 à 18 h 45

Début lundi 18 septembre

Sylvie CAILLAREC

Tarif : 135 €/an (30 séances)

NOUVEAUTÉ

Gymnastique

(Prévoir des chaussures spécifiques pour le cours)

Gymnastique dynamique

Lundi de 18 h 45 à 19 h 45 (Nouvel horaire)

Reprise : lundi 18 septembre

Sylvie CAILLAREC

Tarif : 135 €/an

Gym latino

Lundi de 19 h 45 à 20 h 45 (Nouvel horaire)

Reprise : lundi 18 septembre

Sylvie CAILLAREC

Tarif : 135 €/an

Abdos-fessiers, gym tonic, aérobic et step

Mardi de 19 à 20 heures

Reprise : mardi 19 septembre

Laëtitia RIBA (Nouvelle animatrice)

Tarif : 135 €/an

Actigym seniors

(Activité adaptée aux 60 ans et plus).

Judi de 9 à 10 heures ou de 10 à 11 heures

Reprise : jeudi 21 septembre

Catherine POLETO

(Animatrice diplômée pour la gym seniors)

Tarif : 135 €/an

Zumba

Judi de 20 h 15 à 21 h 15 (Nouvel horaire)

Reprise : jeudi 21 septembre

Cathy MURATORE

Tarif : 141 €/an

Aquagym (Espace Gytaform, Hôtel Mercure)

Lundi 19 h 30 ou mardi 19 h 30 ou mercredi

19 heures ou jeudi 16 h 15 ou 19 heures

ou vendredi 10 heures (horaire sous réserve).

(30 minutes de cours)

(Accès toléré au hammam, sauna et jacuzzi

sous réserve de disponibilité)

Reprise : les 18, 19, 20, 21 et 22 septembre

Tarif : 180 €/an

▶ ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CULTURELLES

Dessin – Peinture – Aquarelle

Mardi de 9 h 30 à 11 h 30

Reprise : mardi 19 septembre

Judi de 19 h 30 à 21 h 30

Reprise : jeudi 21 septembre

Vendredi de 14 à 16 heures

Reprise : vendredi 22 septembre

Avelino SANCHEZ

Tarif : 225 €/an



Atelier cartonnage/encadrement

Un jeudi par mois, de 9 h 30 à 17 heures

Inscription à la séance

Début : jeudi 21 septembre

Béatrice THIERRY (Nouvelle animatrice)

Tarif : 30 € par séance

Couture

Lundi de 18 h 30 à 20 h 30

Reprise : à déterminer

Alice MACQUIN

Tarif : 360 € les 20 séances

Anglais

Niveau avancé : **Mardi de 14 h 15 à 15 h 30**

Niveau intermédiaire :

Mardi de 15 h 45 à 17 heures

Niveau faux débutants :

Mardi de 17 h 15 à 18 h 30

Début : mardi fin septembre

Patricia CLAVEAU

Tarif : 126 €/an (20 séances/an)

Atelier café-théâtre

Mardi de 20 heures à 21 h 30

Reprise : mardi 5 septembre

Claude ALLIOT

Tarif : 150 €/an (20 séances/an)

Guitare, Rock, Blues, Basse

Enfants (à partir de 7 ans), ados et adultes
Groupes de 4 personnes à déterminer en fonction des
niveaux de pratique.

Lundi à partir de 17 heures

Reprise : lundi 18 septembre à 17 heures

(organisation des groupes)

Mardi à partir de 17 heures

Reprise : mardi 19 septembre à 17 heures

(organisation des groupes)

David LOZACHMEUR

Tarif : 150 €/an. Durée des cours : 30 minutes

Guitare (en binôme)

Enfants (à partir de 7 ans), ados et adultes

Lundi ou mardi à partir de 17 heures

Début : lundi 18 ou mardi 19 septembre

David LOZACHMEUR

Tarif : 300 €/an (30 séances/an)

Piano (en binôme)

Enfants (à partir de 7 ans), ados et adultes

Lundi ou mardi à partir de 17 heures

Début : lundi 18 ou mardi 19 septembre

David LOZACHMEUR

Tarif : 300 €/an

Atelier bijoux

Dates à définir