

TARIFS GYMNASTIQUE 2018 – 2019

Nous acceptons les coupons sport et les chèques vacances,
la cotisation comprend l'adhésion, l'assurance et la pratique des cours.
La cotisation vous permet d'assister à tous les cours de gym et à **1 cours de Zumba®**.

EXTERIEURS	150€
IFSI EMILE ROUX	55€
PERSONNEL EMILE ROUX	105€
ENFANTS – MODERN'JAZZ	95€

HORAIRES DES COURS DE GYMNASTIQUE

<u>LUNDI</u>	16H00 à 17H00	GYM DOUCE	(KEVIN)
	17H00 à 18H00	GYM DOUCE	(KEVIN)
	18H00 à 19H00	CIRCUIT TRAINING	(KEVIN)
	19H00 à 20H00	CIRCUIT TRAINING	(KEVIN)
<u>MARDI</u>	16H30 à 17H30	GYM D'ENTRETIEN	(JEANNE)
	17H30 à 18H30 - 18H30 à 19H30	GYM CARDIO FITNESS	(JEANNE)
	19H30 à 20H30 - 20H30 à 21H30	ZUMBA®	(CLAIRE)
<u>MERCREDI</u>	17H00 à 18H00	GYM SELON PILATES	(NATHALIE)
	18H00 à 19H00	GYM FITNESS	(NATHALIE)
	19H00 à 20H00	GYM SELON PILATES	(NATHALIE)
<u>JEUDI</u>	17H00 à 18h00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	(CLAIRE)
	18H00 à 19H00	GYM-ABDOS-FESSIERS	(CLAIRE)
	19H00 à 20H00	STEPS-ABDOS-FESSIERS	(CLAIRE)
	20H00 à 21H00	ZUMBA®	(CLAIRE)
<u>VENREDI</u>	17H00 à 18H00	STRETCHING®	(ROGERIO)
	18H00 à 19H00	L.I.A.	(ROGERIO)
	19H00 à 20H00	STRETCHING®	(ROGERIO)

COURS ENFANTS MODERN JAZZ

<u>MERCREDI</u>	13H00 à 14H00	6-7 ans	(SANDRA)
	14H00 à 15H00	4-5 ans	(SANDRA)
	15h00 à 16H15	8-12 ans	(SANDRA)

APSAP EMILE ROUX – HOPITAL E. ROUX-1 AVE DE VERDUN - 94450 LIMEIL-BREVANNES

TEL : 01 45 95 81 57