

PLANNING DES ACTIVITÉS 2022-2023

LUNDI

- **Yoga Adultes**
10h-11h30
- **Yoga Adultes**
16h45-18h15
- **Yoga Adultes**
18h30-20h
- **Judo 5-8 ans**
17h15-18h15
- **Judo 9-16 ans**
18h15-19h15
- **Danse Contemp. (>13 ans)**
19h45-21h
- **Cross-training**
19h45-20h30

MARDI

- **Pilates (Hulya)**
9h30-10h30
- **Pilates (Hulya)**
10h30-11h30
- **Aïkido**
19h-20h30
- **Poterie Adultes**
15h-17h
- **Poterie Adaptée**
17h15-18h45
- **Poterie Adultes**
18h15-20h15
- **Yoga Enfants**
17h-18h

MERCREDI

- **Falun-Gong**
10h-12h
- **Théâtre 8-12 ans**
14h-15h30
- **Hip-Hop (>7ans)**
15h45-17h15
- **Yoga du rire**
19h-20h
- **Poterie Enfants**
15h30-17h
- **Poterie Enfants**
14h-15h30
- **Café Anglais**
18h30-19h30
1 semaine/2

JEUDI

- **Gym Douce**
16h-16h45
- **Baby Danse**
17h-17h45
- **Danse 7-8 ans**
17h45-18h30
- **Danse 9-12 ans**
18h30-19h15
- **Renforcement Musculaire**
19h15-20h
- **Tai Chi**
18h15-19h15
- **Danse africaine**
19h30-20h30
- **Pilates (Marc)**
19h45-20h45

VENREDI

- **Cross-training**
18h30-19h15
- **Étirements Relaxation**
19h15-20h

SALLES

- **Salle de danse**
(Le 13, 1er étage)
- **Annexe Dojo**
(Le 13, RDC)
- **Salle du collège**
(Collège Pasteur)
- **Dojo**
(Le 13, RDC)
- **Le Temple**
(Square Sarret)
- **À définir**



Journée Découverte des activités + inscriptions : 10 septembre

Rentrée : Semaine du 12 septembre / Pas d'activités pendant vacances scolaires

LISTE & PRIX DES ACTIVITÉS 2022-2023

ADULTES

Yoga (Elisabeth Sauldubois)	275€ / 195€
Pilates (Hulya Akbayrak)	À confirmer
Pilates (Marc Laboureyras)	À confirmer
Aikido (Philippe Ramos)	120€ / 90€
Falun-Gong (Florence Janet)	75€
Yoga du Rire (Charlotte Barbier)	165€ / 135€
Gym Douce (M-J Zonchello)	À confirmer
Renf. musculaire (M-J Zonchello)	À confirmer
Cross-training (Frédéric Zorzi)	À confirmer
Tai Chi (Didier Bailly)	100€ / 75€
Etirements - Relaxation (F. Zorzi)	À confirmer
Poterie (Nathalie Cour)	400€
Danse contemp. (Caroline Tissot)	250€
Danse africaine (Blaise "Pazo" Loua)	195€ / 150€
Café Anglais (Juliette Lemoing)	140€ / 80€

ENFANTS

Judo (JCC)	À confirmer
Yoga (Sabine Thérèse)	195€ / 95€
Poterie (Nathalie Cour)	280€
Théâtre (Jocelyn Peix)	280€ / 140€
Hip-Hop (Julien Sigonney)	75€
Baby Danse (M-J Zonchello)	À confirmer
Danse moderne (M-J Zonchello)	À confirmer

Adhésion

20€ (Tarif normal) / 10€ (Tarif réduit)



Certains créneaux ont beaucoup de succès. Nous vous recommandons de vous pré-inscrire pour garantir votre place (premier arrivé, premier servi).
Lien pour se pré-inscrire : <https://bit.ly/le13-2022>