

NOM / PRENOM : _____

Adresse mail: _____

Tél: _____

PABLO NERUDA

COCHER LES OFFRES DE VOTRE CHOIX - Page 1/2

	€	X	Ref Offre	Intensite	Lundi	Animateur/trice
8h à 9h	27		94 362	♥	Gym douce	Mireille
9h05 à 10h	27		96 023	♥♥	Body Fit NEW	Camille
9h05 à 10h	50		94 645	♥	Pilates	Bénédicte
10h05 à 11h	27		94 637	♥	Body Soft	Camille
10h05 à 11h	27		94 368	♥	Etirements	Bénédicte
11h05 à 12h	27		94 263	♥♥	Danse Modern Jazz	Bénédicte
11h05 à 12h	50		96 996	♥	Yoga	Marie Claire
12h15 à 13h15	50		96 988	♥	HIT Pilates NEW	Bénédicte
					Mardi	
9h à 10h	27		95 574	♥♥	Gym Tonic	Nadine
9h à 10h	27		101 373	♥♥	Body Fit NEW	Camille
10h05 à 11h	50		95 561	♥	Pilates	Nadine
10h05 à 11h	27		94 638	♥	Body Soft	Camille
11h05 à 12 h	27		94 369	♥	Etirements	Camille
11h05 à 12 h	27		95 839	♥	Gym équilibre	Nadine
12h15- 13h15	27		96 025	♥♥♥	Zumba @ NEW	Camille
17h05 à 18h30	37		94 318	♥♥♥	Gym cardio + Etirements	Carole
18h35 à 19h30	27		94 319	♥♥♥	Gym cardio	Carole
19h35 à 20h30	50		94 641	♥	Pilates	Carole
					Mercredi	
11h00 à 12h00	50		96 998	♥	Yoga	Bénédicte
12h00 à 13h00	50		94 643	♥	Pilates	Bénédicte
19h35 à 20h30	50		97 884	♥	Yoga - niveau 2 NEW	Marie Claire
					Jeudi	
8h à 9h	27		96 450	♥♥	Renforcement musculaire	Mireille
9h05 à 10h	27		94 363	♥	Gymnastique douce	Mireille
9h05 à 10h	27		95 838	♥♥	Cuisses- Abdos- Fessiers NEW	Catherine
10h05 à 11h	27		94 370	♥	Etirements	Catherine
12h15 à 13h15	27		94 320	♥♥♥	Gym cardio	Carole
17h05 à 18h	27		94 317	♥♥♥	Gym Cardio	Olivier
18h05 à 19h	27		94 271	♥♥♥	Step	Olivier
19h05 à 20h	50		97 000	♥	Yoga	Marie Claire
					Vendredi	
8h30 à 9h30	27		94 364	♥	Gym douce	Mireille
9h à 10h	27		94 321	♥♥♥	Gym Cardio	Carole
17h à 18h	50		96 943	♥	Pilates niveau 2	Bénédicte
18h05 à 19h	27		94 272	♥♥♥	Step	Olivier
19h05 à 20h	50		97 001	♥	Yoga	Marie Claire

1 seule inscription annuelle au cours de Pilates est autorisée par personne**Hormis le cours de "Pilates ballons"**Tarif: **base 97 €** (- 30 € adhérents inscrits en 2021/2022 ou 2022/2023) + cours annuels ou trimestriels à la carte.*Merci de tourner la page pour voir la suite des activités.*

COCHER LES OFFRES DE VOTRE CHOIX - Page 2/2

Jean Bouin						
Lundi	9h à 10h	27	94 316	♥♥♥	Gym cardio	Olivier
Mardi	9h à 10h	27	96 452	♥♥	Renforcement musculaire	Mireille
Vendredi	12h à 13h30	37	94 266	♥♥	Musculation/appareils	Olivier

Gaston Lessut - St Césaire						
Lundi	18h à 19h	27	95 568	♥♥	Gym Tonic NEW	Nadine
Lundi	19h05 à 20h	27	94 378	♥	Etirements	Nadine
Jeudi	18h à 19h	27	95 840	♥	Gym équilibre	Nadine
Jeudi	18h à 19h	27	95 575	♥♥	Gym Tonic	Carole
Jeudi	19h05 à 20h	50	94 651	♥	Pilates	Nadine
Jeudi	19h05 à 20h	27	94 372	♥	Etirements	Carole
Samedi	10h30 à 11h30	50	97 003	♥	Yoga	Bénédictte

Salle Equilibre - avec supplément: 1 carnet 10 tickets = 20€						
Mardi	15h à 16h	50	94269	♥	Pilates ballons	Benedicte

Emile Gauzy						
Mardi	18h30 à 19h30	27	95 567	♥♥	Gym Tonic NEW	Emma
Mardi	19h35 à 20h30	50	96 999	♥	Yoga	M.Claire
Jeudi	18h30 à 19h30	27	95 569	♥♥	Gym Tonic NEW	Emma

Philippe Lamour						
Lundi	19h à 20h	27	95 571	♥♥	Gym Tonic NEW	Emma
Mardi	17h à 18h	27	103 011	♥	Body Soft NEW	Emma
Mercredi	18h30 à 19h30	50	96 942	♥	Pilates - Niveau 2	Carole

ACTIVITES AQUATIQUES						
AQUATROPIC - avec supplément: 1 carnet 10 tickets = 30 €						
Mardi & Jeudi	15h15 à 12h	15	91 885	♥♥	Aquagym	
NEMAUSA - avec supplément : 1 carnet 10 tickets = 30 €						
Lundi & Vendredi	16h à 16h 45	15	91 886	♥♥	Aquagym	
BODY PUR -Stage 1er trimestre-						
Lundi	17h15 à 18h	117	102 185	♥♥	Aquabiking	
Mardi	16h15 à 17h	117	102 179	♥♥	Aquabiking	
Mercredi	16h15 à 17h	117	102 184	♥♥	Aqua circuit NEW	
Vendredi	16h15 à 17h	117	102 180	♥♥	Aquabiking	
ACTIVITES DE PLEIN AIR						
STADE Marcel Rouvière						
Mercredi	8h30 à 9h30	27	94 265	♥♥	Marche active	Olivier
Mercredi	14h30 à 15h30	27	94 268	♥♥	*PPG	Olivier
Samedi	9h à 10h	27	94 275	♥♥	Sports collectifs	Olivier
*PPG = Préparation Physique Générale						
RANDONNEES rdv STADE Marcel Rouvière						
Dimanche &	8h30 à 18h	27	97 010		Rando à la journée	Olivier
Samedi	8h30 à 18h				Rando à la journée	Maryline
			Olivier: 1 randonnée par mois		Maryline: 1 randonnée par trimestre	
Lundi ou Jeudi	13h30 à 18h	32	97011		Rando 1/2 journée	Maryline/Nelly
Lundi	13h30 à 18h				Rando 1/2 journée	Olivier
Nelly, Olivier 1 rando par mois chacun - Maryline, 1 rando par trimestre						
OFFRE RANDO DUO						
		47	97 012			
Programme ci-dessus Randos à la journée + randos à la demi-journée Avec Nelly - Olivier et Maryline						