

CLUB OMNISPORTS CASTELNAULAIS

ACTIVITES 2022 2023



SECTION PILATE GYM QI-GONG

(début des cours semaine du 12/09/2022)

Pilate: lundi 16H30-17H30

Salle polyvalente

Qi-Gong : jeudi 10H30-11H30

Salle polyvalente

Gym douce (séniors) : jeudi 14H30-15H30

Salle polyvalente

Gym adultes (cardio renforcement musculaire) :

mercredi 19H00-20H00

Maison du peuple

ECOLE DE TAMBOURIN (à partir du 23/09/2022)

Enfants de 5 à 14 ans

Vendredi : 17H30-18H30

Terrain de tambourin « Chris Allemand » route de Florensac

DANSE ENFANTS

Inscriptions le mercredi 14/09/2021 de 11h à 12H

Maison du peuple

TARIFS 2022-2023

CARTE D'ADHERENT : adulte 16€ - de 13 ans 8€

La carte d'adhérent est obligatoire pour l'accès aux activités

PILATE 1H par semaine 65€

GYM DOUCE 1H par semaine 65€

GYM ADULTES 1H par semaine 65€

QI-GONG 1H par semaine 65€

ECOLE DE TAMBOURIN 1H par semaine 40€

DANSE ENFANTS 1H par semaine 90€

Nous vous proposons une heure de cours gratuite afin de découvrir nos activités

Pour tout renseignement : 06-63-40-52-14