

## SECTION PILATE GYM QI-GONG

Début des cours semaine du 11/09/2022

**Pilate:** lundi 16H~~15~~ 17H~~15~~

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

**Enfants de 5 à 14 ans** (à partir du 22/09/2022)

Vendredi : 18H00-19H00

Terrain de tambourin « Chris Allemand » route de Florensac

## RESPONSABLES SECTIONS

Laird Blandine 06 74 52 03 81 (pilate, gym douce, qi gong)

Guiraud Delphine 07 83 37 19 25 (gym tonic)

Matéo Angel 06 79 66 01 82 (école de tambourin)

## TARIFS 2023-2024

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

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

**PILATE** 1H par semaine 75€

**GYM DOUCE** 1H par semaine 75€

**GYM ADULTES** 1H par semaine 75€

**QI-GONG** 1H par semaine 75€

**ECOLE DE TAMBOURIN** 1H par semaine 40€

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

Pour tout renseignement :

06-63-40-52-14