

Nos cours à la carte 22-23

LE PRINCIPE DE NOS CARTES

Nous mettons à disposition quelques places de nos ateliers annuels dans une formule «à la carte» ! Vous pouvez ainsi profiter de nos activités de manière plus souple en fonction des places disponibles, **de septembre à juin de la saison en cours.**

La couleur des ateliers dans la case «dispo» vous donne une idée des places disponibles et de la possibilité de vous y inscrire. Par exemple, ne prenez pas de carte si vous n'êtes intéressé(e) que par un atelier indiqué en «feu rouge».

Inscriptions à l'accueil de l'atelier (conseillé si c'est votre première carte) ou en ligne sur notre site internet onglet COURS A LA CARTE

LUNDI		Profs	Dispo
12h15-13h15	Pilates Yoga*	4 AI'	Nataly
12h15-13h15	Pilates	13-17 Alleray	Aurélie
14h-16h	Peinture Acrylique	Blomet 81	Mélanie

MARDI		Profs	Dispo
8h-9h	Pilates*	4 AI'	Bérandère G.
9h-10h30	Hatha Yoga	13-17 Alleray	Céline
10h45-11h45	Hatha Yoga	13-17 Alleray	Céline
12h-13h	Pilates*	4 AI'	Bérandère I.
12h30-13h30	Danse Contemporaine	13-17 Alleray	Natacha
14h30-16h00	Yoga Prénatal	4 AI'	Céline
15h-16h	Pilates	13-17 Alleray	Chloé
18h15-19h15	Pilates***	Blom 31	Nathalie G.
18h15-19h15	Pilates*	4 AI'	Victoria
19h30-21h30	Chant collectif	Blomet 92	Antoine

MERCREDI		Profs	Dispo
9h-10h	Hatha Yoga	13-17 Alleray	Céline
9h-10h	Pilates*	4 AI'	Aurélie
10h15-11h15	Pilates*	4 AI'	Aurélie
12h-13h	Pilates	13-17 Alleray	Chloé

JEUDI		Profs	Dispo
09h15-10h15	Hatha Yoga	13-17 Alleray	Céline
10h30-12h	Hatha Yoga	13-17 Alleray	Céline
12h-13h	Pilates*	4 AI'	Nataly
12h15-13h15	Hatha Yoga	13-17 Alleray	Céline
14h-16h	Atelier d'écriture	Blomet 81	Blanche
13h30-14h30	Pilates	13-17 Alleray	Chloé
14h45-15h45	Pilates	13-17 Alleray	Chloé
18h15-19h15	Pilates*	4 AI'	Bérandère I.
18h30-19h30	Pilates***	Blomet 81	Bérandère G.

VENDREDI			Profs	Dispo
09h-10h	Barre au sol	13-17 Alleray	Aurélie	
10h15-11h15	Pilates*	4 AI'	Chloé	
11h-12h	Gym Douce Senior	13-17 Alleray	Natacha	
12h15-13h15	Barre au sol	13-17 Alleray	Natacha	
12h15-13h15	Pilates*	4 AI'	Aurélie	
19h15-20h45	Hatha Yoga	4 AI'	Céline	
19h50-20h50	Pilates***	Blom 31	Bérandère I.	
21h-22h30	Hatha Yoga	4 AI'	Céline	

SAMEDI			Profs	Dispo
12h30-13h30	Zumba danse	13-17 Alleray	Bérandère G.	
14h15-16h15	Chant collectif	Blomet 92	Antoine	
17h-18h30	Classique Adultes	13-17 Alleray	Victoria	

DIMANCHE			Profs	Dispo
9h45-10h45	Claquettes : initiation	13-17 Alleray	Agnès Pat'	
11h-12h	Claquettes : niveau 1	13-17 Alleray	Agnès Pat'	

LÉGENDE

- + de 5 places disponibles
- entre 2 et 4 places disponibles
- 1 place disponible
- mise à disposition temporaire jusqu'à remplissage de l'atelier

NOS SALLES

Blomet 81	81 rue Blomet
Blomet 92	92 rue Blomet
13-17 Alleray	13-17 rue d'Alleray
Blom 31	31 rue Blomet
4 AI'	notre nouvelle salle au 4 rue d'Alleray
horaire bleu	durée : 1h30

NOS CARTES

Adhésion à l'association obligatoire (49€).

Carte 10 séances «1 heure»

10 séances valables toute la saison 2022-2023

Utilisez vos crédits pour accéder aux ateliers d'une heure.

Tarif : 169 €

Carte 10 séances «1h30» (horaire bleu)

10 séances valables toute la saison 2022-2023

Utilisez vos crédits pour accéder aux ateliers d'une heure trente

Tarif : 238 €

Carte «CHANT collectif» + «Écriture» + Peinture Acrylique

séances de 2 heures valables toute la saison 2022-2023

Utilisez vos crédits pour accéder à l'atelier de chant collectif, aux ateliers d'écriture ou aux ateliers de Peinture Acrylique.

Carte de 10 : 260 €

Carte de 5 : 130 €

Carte «Yoga prénatal»

4 séances de 1h30 valables jusque fin juin 2023

Séances le mardi - 14h30-16h

Tarif : 132 € - L'adhésion n'est pas obligatoire.

