

INSCRIPTIONS :

Forum des associations
Gymnase Paul Guérin

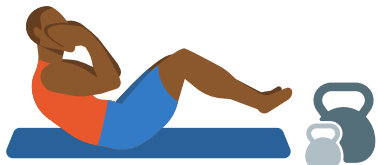
Dès le :

SAMEDI 7 SEPTEMBRE
13H30 - 17H30

Pour toute question, nous contacter par mail

DOCUMENTS A FOURNIR

- La fiche d'inscription remplie
- 1 photocopie d'assurance responsabilité civile faisant apparaître l'adresse du domicile
- 2 photos
- 1 Exemple signé du règlement intérieur



Avec le soutien de :



Auger
L'émotion gourmande

Romane Sérazin
Graphiste, illustratrice
un_oiseau_bleu

TARIFS

COTISATION ADULTES

(quel que soit le nombre de cours)
Fertésiens : 215€ ; Non Fertésiens : 230€

COTISATION ENFANTS

(Pour 1 seul cours)
Fertésiens : 120€ ; Non Fertésiens : 135€

Paiement possible par :

- Chèque (Possible en 3 fois),
- Chèques-Vacances, (ANCV)
- Coupons sport (ANCV)
- Pass'Loisirs (CAF du Loiret)
(Pass'sport non acceptés)

Important :

La cotisation ne comprend pas d'assurance « garantie corporelle ». Il est vivement conseillé que chaque adhérent souscrive une assurance de ce type.

CONTACTS ET INFORMATIONS

Pour tout renseignement :

Mail (à privilégier) : escgymfitness@gmail.com

Téléphone : **06 95 34 93 36**

Site web : esc-gymfitness.e-monsite.com

Instagram : [esc_gym_fitness](https://www.instagram.com/esc_gym_fitness)



BOUGEZ MATIN ET SOIR

La Ferté Saint Aubin

ZUMBA
STEP HIIT LIA
CAF
BOXE PILATES
RELAXATION STRETCHING
CARDIO RENFO
PALEO-FITNESS
CROSS TRAINING

Pour les plus jeunes :

BOXE EDUCATIVE
GYM. SPORTIVE
GYM. RYTHMIQUE
STREET JUMP

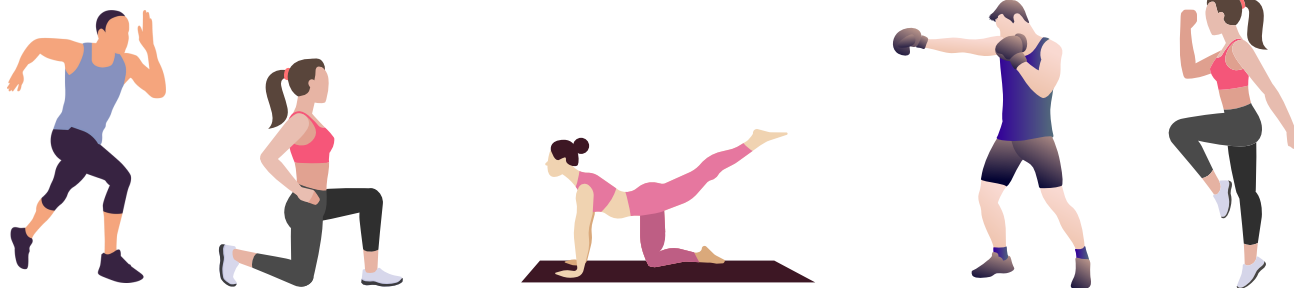
Adultes (dès 16ans) à l'ESA, Stade Paul Guérin en Salle 3 (en salle 1 si : *)

LUNDI		18h15 - 19h00* Boxe Ludovic	19h00 - 19h30 HIIT Ludovic	19h30 - 20h15 Cross Training Ludovic
MARDI	10h - 11h45 Circuit Training Stretching Monica	18h15 - 19h15 Pilates Benjamin	19h15 - 20h15 Paléo-Fitness Benjamin	
MERCREDI	10h00 - 10h45 Pilates débutants 10h45 - 11h30 Gym douce 11h30 - 12h15 Pilates confirmés Monica	18h15 - 19h00 Cross Training Ludovic	19h00 - 19h30 HIIT Ludovic	19h30 - 20h15 Renfo Ludovic
JEUDI		18h00 - 18h45 Circuit Training Sandrine	18h45 - 19h30 Zumba Sandrine	
VENDREDI	10h - 11h45 Cardio - Pilates Stretching Monica	17h30 - 18h00 C.A.F. Irina	18h00 - 18h45 STEP Irina	18h45 - 19h30 LIA Irina
SAMEDI	9h15 - 10h15* Cardio Boxing 10h15 - 11h15 Pilates 11h15 - 12h15 Zumba	Benjamin Irina ou Sandrine Irina ou Sandrine		



Reprise des cours le 9 septembre

Possibilité de faire des cours d'essai la première semaine



Cours enfants (4 à 15 ans)

MARDI Gym Rythmique Collège	17h15 - 18h00 4-5 ans 18h00 - 19h00 6-8 ans 19h00 - 20h00 9-15 ans Solenne
MERCREDI Boxe éducative ESA	17h00 - 18h00 8-15 ans Ludovic
MERCREDI Gym Sportive Collège	16h30 - 17h30 6-7 ans 17h30 - 18h30 8-9 ans 18h30 - 19h30 10-11 ans Benjamin
JEUDI Street Jump Collège	18h00 - 19h00 6-12 ans Benjamin