

PHYSIQUE

ACTIVITÉ	PUBLIC	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	TARIF 1ère activité	TARIF 2ème activité
GYM PARENT/BB	6MOIS/2ANS		10H30/11H30					1H00 : 166 €	141 €
ABDOS FESSIERS	+ 16 ANS	19H30/20H30		20H/21H		12H15/13H15		1H00 : 166 €	141 €
AÉRODANCE	+ 16 ANS						10H30/11H30	1H00 : 166 €	141 €
B.CALYPSO	+ 16 ANS					19H15/20H15		1H00 : 166 €	141 €
GYM DOUCE	+ 16 ANS		18H30/19H30					1H00 : 166 €	141 €
GYM ENTRETIEN	+ 16 ANS	10H/12H	9H30/10H30 19H30/20H30		10H/11H 19H30/20H30	10H/11H	9H30/10H30	1H00 : 166 €	141 €
GYM HYPOPRESSIVE	+ 16 ANS		18H/19H	19H/20H	19H/20H		12H30/13H30	1H00 : 166 €	141 €
GYM TONIC	+ 16 ANS	20H30/21H30	19H/20H		18H30/19H30	20H15/21H15		1H00 : 166 €	141 €
PILATES	+ 16 ANS		12H/13H 21H/22H				11H30/13H30	1H00 : 166 €	141 €
RYTHME ET GYM	+ 16 ANS				12H15/13H15 14H15H/15H15			1H00 : 166 €	141 €
STEPS	+ 16 ANS				19H30/20H30			1H00 : 166 €	141 €
STRETCHING	+ 16 ANS	12H/13H 18H30/19H30		19H30/21H30	18H30/19H30	14H15/15H15		1H00 : 166 €	141 €
YOGA	+ 16 ANS	20H/22H	14H30/16H30 19H15/21H15	17H30/19H30				1H00 : 166 €	141 €
ZUMBA	+ 16 ANS		20H/21H	10H30/11H30	20H30/21H30 20H/21H			1H00 : 166 €	141 €
ZUMBA / AERODANCE	+ 16 ANS			19H/20H				1H00 : 166 €	141 €

Les cotisations pour les non Alfortvillais sont majorées de 10%.

Vous trouverez en **noir** les horaires des activités de l' **Espace Culturel des Pontons** et en **rouge** les horaires de l' **Espace Culturel Jean Macé**.



MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

- 1 certificat médical de moins de 2 mois obligatoire pour toutes les activités de cette page,
- 1 enveloppe timbrée par foyer (format rectangulaire 110x220), au nom et adresse de l'adhérent et une 2ème enveloppe timbrée (avec nom et adresse) pour chaque adhérent qui a plus de 16 ans dans le foyer,
- 1 justificatif de domicile (quittance loyer ou facture EDF),
- 1 moyen de paiement : CB, chèque, espèces ou bon CAF (enfant).