**TARIFS GYMNASTIQUE 2023 – 2024**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Nous acceptons les coupons sport et les chèques vacances, |  |  |
|  la cotisation comprend l’adhésion, l’assurance et la pratique des cours. **La cotisation vous permet d’assister à tous les cours de gym et à 1 cours de Zumba®.** |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **EXTERIEURS** | **170€** |
| **IFSI EMILE ROUX** | **70€** |
| **PERSONNEL EMILE ROUX** | **130€** |
| **ENFANTS – MODERN’JAZZ** | **110€** |

**HORAIRES DES COURS DE GYMNASTIQUE**

**LUNDI** **17H00 à 18H00 GYM DOUCE (KEVIN)**

**18H00 à 19H00 CIRCUIT TRAINING (KEVIN)**

**19H00 à 20H00 CIRCUIT TRAINING (KEVIN)**

**MARDI** **16H30 à 17H30 GYM D’ENTRETIEN (JEANNE)**

**17H30 à 18H30** et **18H30 à 19H30** **GYM CARDIO FITNESS (JEANNE)**

 **19H30 à 20H30**  **ZUMBA® (CLAIRE)**

**MERCREDI** **17H00 à 18H00 PILATES (NATHALIE)**

 **18H00 à 19H00 YOGA (NATHALIE)**

 **19H00 à 20H00\* YOGA (NATHALIE)**

**JEUDI** **17H00 à 18h00 GYM DOUCE (ANITA)**

 **18H00 à 19H00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE (ANITA)**

 **19H00 à 20H00 TABATA (ANITA)**

 **20H00 à 21H00 ZUMBA® (CLAIRE)**

**VENDREDI** **17H00 à 18H00 STRETCHING® (ALEXANDRA)**

  **18H00 à 19H00 L.I.A. (ALEXANDRA)**

 **19H00 à 20H00 STRETCHING® (ALEXANDRA)**

**COURS ENFANTS MODERN JAZZ**

**MERCREDI** **13H00 à 14H00\* 4-8 ans (SANDRA)**

 **\*Sous réserve d’un nombre de participant suffisants, cours pouvant être supprimés.**

  

**APSAP EMILE ROUX – HOPITAL E. ROUX-1 AVE DE VERDUN - 94450 LIMEIL-BREVANNES**

☎️**: 01 45 95 81 57 - @ : apsapgym.limeil@gmail.com**