

FICHE D'ACTIVITES SAISON 2020-2021

Activités – animateurs – Forfaits annuels	Lieux des cours – Responsables de section	Périodes – Jours et horaires
GYMNASTIQUE ENTRETIEN	Salle Omnisports, 4 av du Parc des Sports	1er septembre – 30 juin
Philippe Solé (lundi)	Martine Jacquot (lundi) 07 81 98 50 66 Marie Chaumont (lundi) 06 95 48 90 93 Muriel Bordas (lundi) 06 80 90 67 59	Lundi de 9h45 à 10h45 / 11h00 à 12h00
Philippe Solé (mardi)	Ch. Ensarguex (mardi) 07 68 17 83 36	Mardi de 18h30 à 19h30
Patricia Guérin (jeudi) 81 €/an pour 5 cours gym entretien + 1 cours de body sculpt	Martine Jacquot (jeudi) 07 81 98 50 66 Muriel Bordas (jeudi) 06 80 90 67 59 Marie Chaumont (jeudi) 06 95 48 90 93	Jeudi 9h30 à 10h30 / de 10h45 à 11h45
BODY-SCULPT	Salle Omnisports, 4 av du Parc des Sports	4 septembre – 30 juin
Stéphanie Simon 62 €/an pour 1 cours/semaine	Jocelyne Chabiron 06 21 11 33 62	Vendredi de 18 h 30 à 19 h 30
PILATES	Salle Omnisports, 4 av du Parc des Sports	1er septembre – 30 juin
Philippe Solé 126 €/an 1 cours/semaine	Christine Loisel 06 70 25 62 67	Mardi de 16h à 17h
STRETCHING / ETIREMENTS	Salle Omnisports, 4 av du Parc des Sports	7 septembre – 30 juin
Philippe Solé 55 €/an pour 1 cours/semaine	M.Françoise Le Magoarou 06 50 79 51 24	Lundi de 17h à 17h45
STRONG-BY- ZUMBA	Salle Omnisports, 4 av du Parc des Sports	1er septembre – 30 juin
Patricia Guérin 89 €/an 1cours/sem Zumba - Fitness 90 €/an 1 cours/sem Strong-by 120 € /an 1 Zumba + 1 Strong-by	Patricia Adam 06 87 42 89 84 Caroline Guervin 06 03 40 80 65	Zumba – Fitness Mardi de 19h45 à 20h45 Strong-By Jeudi de 19h45 à 20h45
YOGA « IYENGARD »	Salle Nacarat – 1, rue Aigue Marine	1er septembre – 30 juin
Cathy Brugère (lundi et mardi)	Dany Alazard – 06 60 99 75 01 Sylvie Taransaud – 06 85 75 02 35	lundi de 9h30 à 11h00 Mardi de 18h00 à 19h30
Laurence Farag (jeudi) 123 € /an pour 1 cours /semaine	Régine Mauger – 06 86 97 31 45	Jeudi de 18h30 à 20h00
MUSCULATION	Salle Omnisports, 4 av du Parc des Sports	Septembre 2020 à Août 2021
Philippe Solé (*) 85 € / an caution badge = 40 €	Daniel Ligot – 06 22 68 33 46 Laurent Germain – 07 83 92 71 03 Jacky Delage – 06 61 75 71 01 Philippe Dumoulin - 06 14 67 10 21	Accessible du lundi au vendredi de 7h à 23h (Fermé le WE) Coaching suivant planning affiché
DANSES - Rock, latino, de salon, Carolina Shag	Salle Georges Brassens – Centre culturel – Rte de St Palais à St Sulpice de Royan	Septembre – 30 juin
Christine Beaufreton 150 €/an	Evelyne Canihac – 06 98 88 44 01	Lundi de 20h à 22h15
PEINTURE	Salle Nauzan Pôle Associatif de l'Estran	3 septembre – 30 juin
44 € / an	Mathilde Dagnaud – 06 87 24 63 79	Jeudi de 14h00 à 18h00

Nous vous invitons à prendre contact auprès des responsables de sections listés ci-dessus ou à défaut auprès de :

Frédéric MASSET (Président) – Tél 06 99 18 07 62 – courriel : assocvsl@gmail.com