

Jour	Horaires	Cours	Lieu
Lundi	17h15 / 18h15	Fitball	Salle Poly
	18h15 / 19h15	Stretch	Salle Poly
	19h15 / 20h15	Gym'Entretien	Salle Poly
Mardi	10h00 / 11h00	Pilates	MAB
	11h15 / 12h15	Gym Adaptée	MAB
	13h30 / 15h00	Marche Nordik	
	17h15 / 18h15	Body Zen	Salle Poly - (Zéwulko)
	18h15 / 19h15	Pilates	Salle Poly - (Zéwulko)
	19h15 / 20h15	Step / Lia	Salle Poly - (Zéwulko)
Mercredi	9h00 / 11h00	Marche Nordik Confirmé	
	13h00 / 14h30	Agrès GV Débutantes 1	Salle Agrès
	14h45 / 16h15	Agrès GV Débutantes 2	Salle Agrès
	16h30 / 18h00	Agrès GV Initiées	Salle Agrès
	17h00 / 18h00	Gym'Abdo-Fessiers	Salle Poly
	18h15 / 19h15	Pilates	Salle Poly
	19h15 / 20h15	Fitball	Salle Poly
Jeudi	14h00 / 15h00	Marche Nordik Adaptée	
	17h00 / 18h30	Agrès GV Initiées	Salle Agrès
	17h15 / 18h15	Gym'Douce	Salle Poly
	18h35 / 19h35	Gym' Dynamique	Salle Poly
	19h35 / 20h35	Gym' Cardio	Salle Poly
Vendredi	9h30 / 11h00	Marche Nordik	
	17h30 / 19h30	Agrès GV Confirmées	Salle Agrès

1 créneau adulte en salle

La Mure	QF<500	75 € (2,20 € / cours)
	500<QF<1000	90 € (2,64 € / cours)
	1000<QF<1500	98 € (2,88 € / cours)
	QF>1500	104 € (3,05 € / cours)
Ext		110 € (3,23 € / cours)

2 créneaux adulte en salle

	190 € (2,79 € / cours)
3 ^{ème} créneau en salle :	tarif QF<500 (soit 75 €)

Marche nordik

105 € (3,08 € / cours)

Randonnées

50 € la saison

Agrès GV

créneau 1h30	85 € (2,50 € / cours)
créneau 2h00	100 € (2,94 € / cours)

Gym'Adaptée (2 cours semaine)

170 € (2,50 € / cours)

Par session :

- De sept à Déc : 60 €
- De Janv à Vacs Printemps : 60 €
- De Vacs Printemps à Juin : 50 €

Pass'Région acceptés (association partenaire du Conseil Général).

Pack'Loisirs acceptés (association partenaire du Département).

Pass'Sports acceptés (Dispositif gouvernemental)

Le QF ne s'applique pas à partir de 2 cours, pour la marche nordik, les Agrès GV et la Gym'Adaptée.