



SAISON 2022 - 2023

ARTS ET CULTURE

| ACTIVITE | HORAIRES | | COTISATION ANNUELLE |
|--|----------------------------|--|--|
| * adhésion 18€ en sus | | | |
| DANSE | | | |
| DANSE RYTHMIQUE GARÇONS ET FILLES | | | |
| Nés en 2012 / 2013 / 2014 | MERCREDI | 14h à 15h | 220 € |
| Nés en 2013 / 2014 | MARDI | 17h à 18h | 220 € |
| Nés en 2015 / 2016 | LUNDI ou MERCREDI | 17h à 18h 15h à 16h | 220 € |
| Nés en 2017 / 2018 | MERCREDI ou VENDREDI | 11h30 à 12h15 17h15 à 18h | 200 € |
| DANSE MODERNE ADOS | | | |
| Nés en 2012 et avant (11 ans et +) | LUNDI MARDI VENDREDI | 18h / 19h15 | 1 cours / semaine 220€ 2 cours / semaine 260€ 3 cours / semaine 300€ |
| MODERNE JAZZ ADULTES | | | |
| ADULTES | MARDI ET/OU VENDREDI | 19h30 à 21h | 1 cours/semaine 220 € * 2 cours/semaine 260 € * |
| STREET DANCE GIRLY (Filles) | | | |
| Nées entre 2001 et 2014 | SAMEDI | 10h / 11h (niveau débutant) 11h / 12h30 (niveau avancé) | 220 € |
| DANSE DE SALON : chacha, rock mambo, rumba, tango etc | | | |
| ADULTES | MERCREDI | 19h30 à 21h | 250€ inscription couple 360€ |
| ATELIERS D'ART : DESSIN - PEINTURE - AQUARELLE : TECHNIQUES LIBRES | | | |
| ADULTES | LUNDI | 14h à 16h30 | 230 € * |
| MUSIQUE (voir plaquette musique) | | | |
| FORMATIONS MUSICALES (Solfège) | | | |
| Baby Eveil (18 mois / 3 ans) - Eveil (4/5 ans) - Initiation (6/7 ans) - Formation musicale jeunes / adultes classique et Jazz | | | 200 € * |
| ATELIERS DE PRATIQUE COLLECTIVE (cours collectifs) | | | |
| CHORALE ADULTES - ORCHESTRE JEUNES - ATELIER MUSIQUES ACTUELLES (ORCHESTRE POP ROCK) - ATELIER JAZZ - ENSEMBLE DE PERCUSSIONS | | | 220 € * |
| MUSIC -BAND (ORCHESTRE D'HARMONIE) | | | 30 € (1ère inscription) |
| INSTRUMENT OU CHANT cours individuel (à partir de 6 ans) | | | |
| DECOUVERTE INSTRUMENTALE Jeunes enfants (1 instrument par trimestre) | | | 300 € * |
| FLUTE - CLARINETTE - COR - TROMPETTE - TROMBONE - TUBA- SAXOPHONE - BATTERIE/PERCUSSIONS - PIANO - GUITARE - CHANT | | | 30mn jusqu'à 12 ans : 500 € * 30 mn plus de 12 ans : 600 € * 45 mn : 700 € * |
| Pour toute inscription à un cours d'instrument / chant individuel, accès gratuit au solfège et à un cours de pratiques collectives au choix (voir liste ci-dessus)! | | | |

SPORTS

| ACTIVITE | HORAIRES | COTISATION ANNUELLE | |
|---|---|--|--|
| * adhésion 18€ en sus | | | |
| GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE ET MASCULINE (Gym sur Agrès) | | | |
| INITIATION GYMNASTIQUE: FILLES nées en 2017 - 2018 - 2019 & GARÇONS nés en 2018 - 2019 | | | |
| nés en 2018 - 2019 | MERCREDI | 9h15 à 10h15 | 200 €* |
| nés en 2017 - 2018 | | 10h15 à 11h15 | |
| POUSSINES FILLES nées en 2013 - 2014 - 2015 - 2016 | | | Nouvelles inscrites: tests obligatoires le 03/09 (sur inscription au secrétariat) |
| GROUPE 1 | SAMEDI | 12h à 13h30 | 220 €* |
| GROUPE 2 | SAMEDI | 12h à 13h30 | 220 €* |
| GROUPE 3 | MERCREDI | 15h30 à 17h30 | 260 €* |
| GROUPE 4 | SAMEDI | 10h à 12h | |
| | MERCREDI | 17h30 à 19h30 | |
| POUSSINES PERFORMANCE (sur sélection) | SAMEDI | 13h30 à 15h30 | |
| POUSSINES PERFORMANCE (sur sélection) | LUNDI (cours supplémentaire) | 17h30 à 19h | |
| JEUNESSES FILLES nées en 2009 - 2010 - 2011 - 2012 | | | Nouvelles inscrites: tests obligatoires le 03/09 (sur inscription au secrétariat) |
| JEUNESSES LOISIRS | MERCREDI | 13h30 à 15h30 | 220 €* |
| JEUNESSES PRE COMPETITION | MERCREDI et SAMEDI | 15h30 à 17h30 10h à 12h | 260 €* |
| JEUNESSES COMPETITION | MARDI et JEUDI | 18h à 20h | 260 €* |
| JEUNESSES PERFORMANCE (sur sélection) | SAMEDI (cours supplémentaire) | 15h30 à 17h30 | |
| AÎNEES FILLES nées en 2008 et avant | | | |
| AINEES LOISIRS | LUNDI et MERCREDI | 19h à 21h 19h30 à 21h30 | 260 €* |
| AINEES PERFORMANCE (sur sélection) | SAMEDI (cours supplémentaire) | 15h30 à 17h30 | |
| POUSSINS GARÇONS nés en 2014 - 2015 - 2016 - 2017 | | | |
| DEBUTANTS | MERCREDI | 14h30 à 15h45 | 220 €* |
| CONFIRMES | MERCREDI VENDREDI | 14h30 à 16h15 18h à 19h30 | 260 €* |
| PUPILLES GARÇONS nés en 2008 - 2009 - 2010 - 2011 - 2012 - 2013 | | | |
| DEBUTANTS | JEUDI | 17h à 19h | 220 €* |
| CONFIRMES | MERCREDI ET VENDREDI | 18h à 20h | 260 €* |
| ADULTES GARÇONS | | | |
| nés en 2007 et avant | MERCREDI ET VENDREDI | 20 h à 22 h | 260 €* |
| GYMNASTIQUE ACROBATIQUE (au COSEC) Filles et Garçons | | | |
| LOISIRS (nés en 2016 et avant) | LUNDI (à la Saint Louis) ou SAMEDI (au COSEC) | 18h30 à 20h 10h à 11h30 | Licence FFG 39€ + 220€ |
| PRE COMPETITION (nés en 2016 et avant) <i>sur sélection des entraîneurs</i> | MARDI et VENDREDI | 17h30 à 18h30 18h à 19h30 | Licence FFG 39€ + 260€ |
| COMPETITION FEDERALE (2016 et avant) <i>Sur sélection des entraîneurs</i> | MERCREDI et SAMEDI | 18h à 20h30 11h30 à 14h | Licence FFG 39 € + 280 € * |
| COMPETITION NATIONALE (2015 et avant) <i>Sur sélection des entraîneurs</i> | LUNDI (Elites uniquement) MARDI JEUDI SAMEDI | 18h30 à 21h 18h30 à 21h 18h30 à 21h 13h30 à 16h30 | Licence 39€ + 320€ (3 jours) * Licence 39€ + 350€ (4 jours) * |
| ARTS MARTIAUX - SPORTS DE COMBAT | | | |
| TAIQUAN | | | |
| ADULTES à partir de 16 ans | LUNDI | 20h à 21h30 | 220 €* |
| QI GONG | | | |
| ADULTES à partir de 16 ans | MERCREDI | 10h à 11h30 | 220 €* |
| KUNG FU | | | |
| nés en 2015 - 2016 - 2017 | MERCREDI | 16h30 à 17h30 | 220 €* |
| nés en 2012 - 2013 - 2014 | JEUDI | 17h15 à 18h30 | 220 €* |
| nés en 2009 - 2010 - 2011 | JEUDI | 18h30 à 20h | 220 €* |
| ADULTES | MARDI ET VENDREDI | 21h à 22h30 | 260 €* |
| SELF DEFENSE FEMME à partir de 15 ans | MARDI | 20h à 21h | 220 €* |
| AIKIRYU | | | |
| ADULTES | JEUDI | 20h à 21h30 | 220€* |
| ESCRIME | | | |
| Nés en 2015 - 2016 - 2017 | MERCREDI | 10h30 à 11h30 | 220 € |
| Nés en 2012 - 2013 - 2014 | MERCREDI | 11h30 à 12h30 | 220 € |
| ADOS (nés en 2011 et avant) | LUNDI | 17h30 à 18h45 | 220 € |

FITNESS ET BIEN ÊTRE

| ACTIVITE | HORAIRES | | COTISATION ANNUELLE |
|----------|----------|--|---------------------|
|----------|----------|--|---------------------|

* adhésion en sus 18€

MARCHE NORDIQUE

| | | | |
|---------|--------|-----------|----------------|
| ADULTES | JEUDI | 9h à 11h | 200€ (1 cours) |
| | SAMEDI | 10h à 12h | 220€ (2 cours) |

BIEN ETRE - FITNESS à partir de 16 ans (sauf Zumba Kids)

| | | | |
|--------------------------------|-------------------|---|--|
| STEP | LUNDI | 18h45 à 19h30 | 210 €* |
| ZUMBA | MERCREDI | 19h à 20h | 220 €* |
| ZUMBA Kids (à partir de 6 ans) | MERCREDI | 17h30 à 18h30 | 220 € |
| GYM FITNESS | MARDI VENDREDI | 9h à 10h | 220 € (1 cours) * 260 € (2 cours) * |
| GYM-TONIC | MERCREDI | 20h à 21h30 | 220 €* |
| PILATES Niveau 1 | JEUDI | 10h à 11h | 220 € (1 cours) * 260 € (2 cours) * |
| | MARDI | 18h30 à 19h30 ou 19h30 à 20h30 | |
| Niveau 2 | MARDI JEUDI | 20h30 à 21h30 20h à 21h | |
| STRETCHING-RELAXATION | MERCREDI | 9h30 à 10h30 | 220 €* |
| TRAMPOLING FITNESS | JEUDI | 19h15 à 20h15 | 250 €* |
| KUDURO Fit | VENDREDI | 19h à 20h | 220 €* |
| YOGA | JEUDI | 12h30 à 13h30 YOGA DYNAMIQUE 13h45 à 15h YOGA SENIOR 20h15 à 21h30 YOGA HATHA | 220 €* |
| PILOXING | VENDREDI | 20h à 21h | 235 €* |

NOS REDUCTIONS

| | | |
|--|---|---|
| Dispositif Fidélité | 10% de réduction sur chaque cotisation en cas de réinscription d'un adhérent inscrit sur la saison 2021 / 2022 | |
| Activités multiples | Dans le cas d'une inscription à plusieurs activités, plein tarif sur l'activité la plus chère puis 50% de réduction sur la cotisation des activités suivantes | |
| Réductions familles nombreuses | A partir de 3 membres de la même famille, 10% de réduction sur la cotisation de chaque adhérent | |
| Pass'sport / Pass'culture  POISSY | Si l'adhérent en fait la demande: 30€ de réduction sur une activité culturelle ou sportive pour les jeunes Pisciacaïens nés entre 2005 et 2011** | **Sur présentation de: - Pièce d'identité de l'enfant - Justificatif de domicile de moins de 3 mois Aucune réduction ne sera accordée sans dossier complet |
| PassPlus   | Portefeuille monétaire (entre 80€ et 100€) offert à tous les Collégiens et Lycéens scolarisés dans les Yvelines ou les Hauts de Seine, à valoir sur des activités culturelles et/ou sportives*** Attention la carte Pass+ est un moyen de paiement et non une réduction (ne pas appliquer de réduction sur la fiche d'inscription) | **** si l'adhérent en a fait la demande auprès du dispositif. Sur présentation de tickets ou de la carte PassPlus. Informations et inscription sur www.passplus.fr |

