

K dans C tel : 06 08 64 23 33 Fédération Française Education Physique Gym Volontaire

2015-2016

public

lieu

jour

horaire

animatrice

description activité dominante

femmes enceintes

avant bébé

M tps
Libre

jeudi

18h-19h

annie-claude

spécifique préparation et post accouchement : inscription préalable par tel.

Gym poussette

après bébé

Saint Jean

jeudi

10h-11h

annie-claude

6 à 8 semaines (minimum)après bébé : inscription préalable par tel

gym caline

9mois-3 ans

cosec

samedi

11h-11h45

annie-claude

éveil et motricité , cours parent-bébé, en route vers l'autonomie

3 pommes

3-5 ans

cosec

samedi

10h-10h55

annie-claude

éveil et motricité , en groupe: parcours crapahut, jeux ,dances, habileté motric

récréagym

6-10 ans

cosec

mercredi

14h-15h

annie-claude

gymnastique, ateliers de cirque, jeux collectifs

récré dans C

6-12 ans

M tps libre

mercredi

15h30-16-30

annie-claude

ateliers chorégraphiques corde à sauter,rollers, cerceaux,rubans....

Adogym.com

13-18 ans

M tps libre

mercredi

16h45-17h45

Annie-claude

Ateliers chorégraphiques

adultes

18-50 ans

MTps libre

vendredi

19h-20h

Annie-claude

Chorégraphies Patins à roulettes

séniors actifs

M tps
Libre

jeudi

15h-16h

annie-claude

Renforcement musc (inspiré de Pilates), équilibre, étirements,mémoire

Gym autonomie

séniors en

structure

U SERENU

libre

1h

Lolo

mémoire , équilibre ,renforcement musc, coordination, maintien

u serenu 2

1h

de l'autonomie.

Début des cours , le mercredi 09 septembre 2015.

A CORTE ...Y A K DANS C !!!

