

## \* ABDOS FESSIERS

Lundi à 18h15 au Complexe sportif

Lundi à 19h15 au Complexe sportif

Avec Aude 70 €

Responsables de l'activité :

Elisabeth ☎ 03.21.86.55.00

Isabelle ☎ 03.21.81.47.45

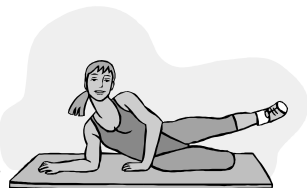
## \* GYM BIEN-ÊTRE

Mardi à 10h avec Brigitte

Salle de Campigneulles les Petites 77 €

Responsable de l'activité :

Anne-Marie R. ☎ 03.21.06.21.55



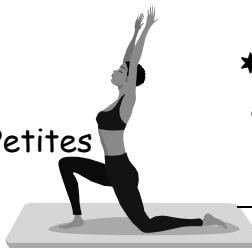
## \* GYM STRETCHING

Mardi à 18h à Campigneulles/Petites

Avec Virginie 82 €

Responsables de l'activité :

Anne Marie D. ☎ 03.21.06.00.53



## \* GYM CARDIO élastiband

Mardi 19h15 à Campigneulles/Petites

Avec Virginie 70 €

Responsable de l'activité :

Isabelle ☎ 03.21.81.47.45

Caroline ☎ 03.62.88.71.49

## \* GYM DANSE Adulte

Mardi à 19h30 Brigitte 82 €

au Complexe sportif

Responsables de l'activité :

Marion ☎ 06.72.04.06.40

## \* GYM TONIC

Mercredi à 18h30 au Complexe sportif

Avec Clément 70 €

Responsables de l'activité :

Elisabeth ☎ 03.21.86.55.00

Marie Claire ☎ 03.21.86.16.42

## \* HATHA YOGA *Nouveau !*

Jeudi 10h à Campigneulles/Petites

Avec Michèle 82€

Responsable de l'activité :

Anne-Marie R. ☎ 03.21.06.21.55

## \* STRETCHING POSTURAL

Jeudi à 18h30 avec Pierre-Yves 77€

Salle de Campigneulles les Petites

Responsable de l'activité :

Catherine ☎ 03.21.06.11.56

## \* TAÏ-CHI

Jeudi à 19h30 avec Pierre-Yves 77€

Salle de Campigneulles les Petites

Responsable de l'activité :

Isabelle ☎ 03.21.81.47.45

## \* GYM CARDIO

Jeudi 19h30 au complexe sportif

Avec Clément 70 €

Responsable de l'activité :

Catherine ☎ 03.21.06.11.56

## \* BODY SCULPT *Nouveau !*

Jeudi à 19H30

Au Cosec Avec Aude 70€

Responsable de l'activité :

Elisabeth ☎ 03.21.86.55.00

## \* AERO BOXING

Vendredi 18 h Cosec avec Gery 70€

Responsable de l'activité :

Isabelle ☎ 03.21.81.47.45

Caroline ☎ 03.62.88.71.49

## \* LE STEP

Vendredi 19h & 20h

au Cosec Avec Géry 82 €

Responsable de l'activité :

Delphine ☎ 06.87.56.75.60

## \* NATATION

Lundi ou Vendredi à 18h45

Mardi 12 h

Piscine de la CCM

Avec Sylvie, Jean-Luc et Stéphane

Tarif annuel 75 € + Entrée piscine

Responsables de l'activité :

Michelle ☎ 03.21.90.99.07

Pascale ☎ 03.21.81.88.98



## RANDONNÉE PEDESTRE



Rendez-vous le matin

au parking des Garennes

Tous les jeudis

Marche douce tous les mercredis

Un programme trimestriel est établi.

Tarif annuel : 33,80€ licence comprise

Licence obligatoire pour les adhérents

pratiquant une autre activité EPMM

Responsable de l'activité :

Michèle VANTHOURNOUT

☎ 03.21.06.19.16



www.ffrandonnee.fr

## GYM EVEIL -MULTI-SPORTS

- Enfants 7 8 9 ans: mercredi 14h COSEC
- Enfant de 5 à 6 ans : mercredi 15h30
- Enfant de 3 à 4 ans : mercredi 16h30

Complexe sportif Avec Ramon 100 €

Responsable de l'activité :

Monique ☎ 03.21.86.44.52

Pascale 03.21.81.88.98

## \* COURS DE DANSE

avec Brigitte BOUYER

au Complexe Sportif

Responsable de l'activité :

Marion ☎ 06.72.04.06.40

Tarif licence comprise :

Moins de 18 ans : 80 €

Plus de 18 ans : 100 €

Forfait Moderne + classique :

Moins de 18 ans : 135 €

Plus de 18 ans : 155 €

Danse Classique

Vendredi à 17h30 : débutantes

Jeudi à 18h30 : moyennes

Vendredi à 18h30 : avancées

Danse Moderne

Lundi 17h30 à 18h30 : grande section et CP

Lundi 18h30 à 19h30 : 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>

Mardi 17h30 à 18h30 : CE1 et CE2

Mardi 18h30 à 19h30 : CM1 et CM2

Jeudi 17h30 à 18h30 : 6<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup>

Vendredi 19h30 à 20h30 : Ados et adultes



## INFORMATIONS UTILES

☞ La licence : 20,30€ pour un adulte et 10,30€ pour les moins de 18 ans

☞ La 1<sup>ère</sup> séance est gratuite

Inscription 10 min avant les cours.

☞ Le bulletin d'inscription doit être rempli lisiblement.

☞ Obligatoire un certificat médical de votre médecin traitant.

☞ Règlement par chèque à l'ordre de Sports Pour Tous.

☞ L'association accepte les coupons sports, tickets loisirs, bons CAF, Chèques-vacances,.....

☞ Pour la Danse: Les inscriptions peuvent être interrompues à tout moment selon le nombre d'inscrits. Les cours et les horaires peuvent être modifiés selon le niveau.

☞ Pas d'activité pendant les vacances scolaires (sauf la randonnée)

### \* FORFAITS \*

☞ 2 activités \* 120 € + 20,30 € (licence)

☞ 3 activités \* 150 € + 20,30 € (licence)

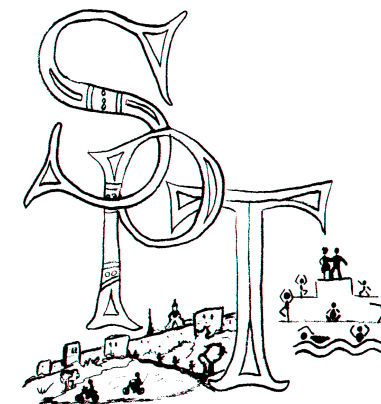
☞ La NATATION et la RANDONNEE PEDESTRE ne peuvent pas être incluses dans les forfaits.

☞ Aucune adhésion ne sera remboursée pour quelque motif que ce soit

## SPORTS POUR TOUS

B.P.14

62170 MONTREUIL SUR MER



*Sports Pour Tous  
Montreuil-sur-Mer*

**REPRISE DES ACTIVITES  
LUNDI 13 SEPTEMBRE 2010**

Affiliations : FFEPMM – FFRP

RENSEIGNEMENTS

[www.sportspourtous-montreuil.com](http://www.sportspourtous-montreuil.com)