



SAISON 2024/2025

INSCRIPTIONS : - Au Forum des Associations le samedi 7 Septembre 2024

- Durant les cours en Septembre (essais possibles jusqu'au 27/9)

Reprise des cours le lundi 9 septembre sauf baby gym le mercredi 18 septembre

Contact : satolasenforme@hotmail.fr

Facebook : [satolasenforme](https://www.facebook.com/satolasenforme)

Questionnaire et/ou certificat médical et attestation d'assurance en responsabilité civile
AUCUN DOSSIER INCOMPLET NE SERA PRIS EN COMPTE
Cours dispensés au gymnase & au centre des Petits Lurons (84 route de Montsolongre) à Satolas et Bonce

COURS ADULTES (+ 16 ans uniquement, né en 2008 et avant) :

Merci de prévoir le matériel nécessaire à chaque cours (tapis, serviette, step, gourde...)

PACK FITNESS AVEC PAULINE, MARLENE, FABIENNE & LAURA					
A	Renfo. musculaire	LUNDI	9H30-10H30	Fabienne - Foyer	190 € le pack
	Cardio training		19H-20H	Pauline -Foyer	
	Gym douce		20H – 21H	Pauline -Foyer	
D	Cardio boxe	MARDI	19H – 20H	Pauline -Foyer	320 € si couplé avec un pack Danse
	Renforcement musculaire		20H – 21H	Pauline -Foyer	
U	Barre à terre	MERCREDI	09H – 10H	Laura - Foyer	Réduction de 20 € par personne supplémentaire du même foyer
	Step		18H30 – 19H30	Pauline -Foyer	
L	Gym douce	JEUDI	8H45-9H45	Fabienne - Foyer	Accès illimité à l'ensemble des cours Fitness
	Zumba		19H – 20H	Marlène - Gymnase	
T	CAF / Stretching		20H – 21H	Marlène - Foyer	
E					
PACK DANSE AVEC CAROLE & LAURA					
S	Modern jazz	MARDI	19H45-20H45	Laura - Petits Lurons	190 € le pack , 320€ si couplé avec un pack Fitness - réduction de 20 € par personne supplémentaire du même foyer - Accès illimité aux 4 cours de danse
	Danse en talons (Heels)		20H45-21H45	Laura - Petits Lurons	
	Rock	MERCREDI	19H30 – 20H30	Carole - Petits Lurons	
	Salsa Batchata		20H30- 21H30	Carole - Petits Lurons	

COURS ENFANTS ET ADOS (de 2009 à 2021 – enfants scolarisés pour les 3 ans)

	Baby gym	3 - 4 ans	Mercredi 10H – 11H	Laura - Foyer	
E	Modern jazz	5 - 6 ans	Jeudi 17H-18H	Laura - Foyer	150 € par an pour 1H de cours
		7 - 9 ans	Mardi 17H-18H	Laura - Foyer	A partir de 6 ans - années 2018 et avant - possibilité 2 heures pour 250 €
		10 - 12 ans	Jeudi 18H-19H	Laura - Foyer	
		13 - 15 ans	Mardi 18H15-19H15	Laura - Petits Lurons	et 3 heures pour 360 €
N	Hip Hop	6- 8 ans	Lundi 17H-18H	Julie - Foyer	Réduction de 20 € par personne supplémentaire du même foyer
		9 - 10 ans	Lundi 18H-19H	Julie - Foyer	
		11- 15 ans	Lundi 19h15-20h15	Julie - Petits Lurons	
T	Danse classique	7 - 9 ans	Vendredi 17H-18H	Laura - Foyer	
		10 - 12 ans	Vendredi 18H19H	Laura - Foyer	