



## Alors ? Prêts pour cette rentrée sportive ? Nos coachs vous attendent dès le **lundi 9 septembre !!!**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
<b>Yoga Posturo-dynamique</b> avec Vanessa (salle groupe scolaire - 130 €)		★ 11h – 12h		
<b>Yin Yoga</b> avec Vanessa (salle la Buissonnière - 130 €)		★ Nouveaux cours !!		★ 17h – 18h
<b>Pilates</b> avec Sandrine (130 € - à partir de 14 ans)				★ 18h – 18h50 (débutants) 18h55 – 19h45 (intermédiaires)
<b>Country / Danse en ligne</b> avec Sandrine (salle groupe scolaire - 120 € - à partir de 14 ans)	★ 18h – 18h50 (débutants) 18h50 – 19h40 (intermédiaires)			
<b>Yoga</b> avec Vanessa (salle la Buissonnière - 150 €)	19h – 20h	19h – 20h		
<b>Zumba</b> avec Sandrine (salle groupe scolaire - 130 € - à partir de 14 ans)			19h45 – 20h40	
<b>Step freestyle</b> avec Sandrine (salle groupe scolaire - 115 € - adultes)	19h45 – 20h35			
<b>Renfo musculaire intense</b> avec Sandrine (salle groupe scolaire - 115 € - à partir de 14 ans)	20h40 – 21h25			

## Vous ne savez pas quelle(s) activité(s) choisir ?

★ Si vous étiez **adhérents la saison passée**, vous pouvez essayer toutes les activités pendant 2 semaines.

★ Si vous n'étiez **pas adhérents**, l'adhésion de 35 € vous permet d'essayer toutes les activités pendant 2 semaines.

◆ Si vous vous inscrivez, il vous restera les séances à régler (voir tarifs sur le planning).

◆ Si vous ne vous inscrivez pas vous restez adhérents et pourrez bénéficier des avantages qu'offre l'Association (sorties à prix réduits, avantages cinémas, bowling, etc.)

### Renseignements complémentaires (mail ou téléphone) :

association.familles.stjean@orange.fr / 07 81 76 62 08

Inscriptions : Blog : [www.association-familles-saint-jean.fr](http://www.association-familles-saint-jean.fr)