

créneaux ADULTE LA SAINT LOISE 2024-2025

PILATES

	LIEUX	cotisation 2024-2025 avec licence	années d'âge	reprise des cours		heure/ semaine		
Pilates Lundi CHRISTIANA	SAINT LO	200,00 €	18 ans et +	09/09/2024	11	1H00	LUNDI	19H30-20H30
							CHRISTIANA	1H00
Pilates Mercredi CHRISTIANA	SAINT LO	200,00 €	18 ans et +	11/09/2024	16	1H00	MERCREDI	19H00-20H00
							CHRISTIANA	1H00
Pilates Vendredi CHRISTIANA	SAINT LO	200,00 €	18 ans et +	13/09/2024	16	1H00	VENDREDI	10H00-11H00
							CHRISTIANA	1H00

Une seule fois par semaine

ZUMBA

	LIEUX	cotisation 2024-2025 avec licence	années d'âge	reprise des cours		heure/ semaine		
ZUMBA LUNDI SOPHIE	AGNEAUX (salle des fêtes)	180,00 €	18 ans et +	09/09/2024	40	1H00	LUNDI	19H30-20H30
							SOPHIE	1H00
ZUMBA JEUDI SOPHIE	SAINT LO (Leverrier)	180,00 €	18 ans et +	09/09/2024	30	1H00	JEUDI	20H00-21H00
							SOPHIE	1H00

Deux séances possible. Une séance 180 euros, 2 séances 260 euros

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

	LIEUX	cotisation 2024-2025 avec licence	années d'âge	reprise des cours		heure/ semaine		
RENFO MARDI CHRISTIANA	SAINT LO	180,00 €	18 ans et +	10/09/2024	30	1H00	MARDI	19H30-20H30
							CHRISTIANA	1H00
RENFO JEUDI CHRISTIANA	SAINT LO	180,00 €	18 ans et +	13/09/2024	30	1H00	JEUDI	19H30-20H30
							CHRISTIANA	1H00
RENFO PREPA PHYSIQUE JEUX MERCREDI CHLOE/TESS	salle du BS	180,00 €	18 ans et +	11/09/2024	30	1H00	MERCREDI	19H15-20H15
							CHLOE	1H00

Une ou deux séances possible 180 euros

Une activité 180 euros, Deux activités 250 euros, 3 activités 310 euros. (une activité = une couleur)

GYM LIBRE GAF

Gym libre ado adulte GAF tess	MARIGNY	190,00 €	2009 + (voir liste)	10/09/2024	15	1H00	MARDI	19H30-20H30
							TESS	1H00

créneaux COURS GYM FREE STYLE/BREAK DANCE LA SAINT LOISE 2024-2025

		LIEUX	cotisation 2024-2025 avec licence	années d'âge	reprise des cours		heure/ semaine		
PARKOUR AVANCE	Parkour Lundi	SAINT LO	190,00 €	16 ans et +	09/09/2024	15	1H15	LUNDI	19H15-20H30
	VINCENT/COME							VINCENT	1H15
PARKOUR AVANCE	Parkour Jeudi	SAINT LO	190,00 €	16 ans et +	12/09/2024	15	1H15	JEUDI	19H15-20H30
	COME							COME	1H15
Deux cours possible : un cours 190 euros, 2 cours 270 euros									
PARKOUR DEBUTANT	Parkour Mercredi	SAINT LO	190,00 €	12-16 ans	10/09/2024	15	1H00	MERCREDI	19H30-20H30
	COME/corentin							COME	1H00
PARKOUR DEBUTANT	Parkour Vendredi	SAINT LO	190,00 €	12-16 ans	13/09/2024	15	1H00	VENDREDI	19H15-20H15
	COME							COME	1H00
Deux cours possible : un cours 190 euros, 2 cours 270 euros									
BREAK	BREAK DANCE	SAINT LO	190,00 €	12ans et +	10/09/2022	15	1H00	MARDI	19H30-20H30
	COME							COME	1H00
ADO AGRES	ADULTE ADO GAM	SAINT LO	190,00 €	2010 et +	09/09/2024	12	1H30	LUNDI	19H15-20H30
	VINCENT/COME							COME	1H15