

Votre enfant participe aux cours Baby-Gym le samedi matin, entre 9h et 12h ?

*Profitez-en pour faire comme lui,
faites du Sport !*

Pour cela, LA VIGILANTE vous propose
3 créneaux de Fitness, animés par Anne-Valérie
de 9h05 à 9h50, de 10h05 à 10h50 et de 11h05 à 11h50

Ces cours sont **OUVERTS À TOUTES ET TOUS**
S'ils vous intéressent, alors rejoignez-nous !

1 cours : 170 euros - 2 cours : 200 euros – 3 cours : 220 euros
Plus de 3 cours : se reporter au document
« *Planning Cours et tarifs 2024-2025* »
(les cours doivent être choisis au moment de l'inscription)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	9h00-9h45 gym+		9h00-9h45 gym+		9h05-9h50 GLOBAL FITNESS TRAINING
					10h05-10h50 ZUMBA
					11h05-11h50 GLOBAL FITNESS TRAINING
17h00-17h45 ZUMBA KIDS <small>(né(e) en 2014, 2015, 2016 et 2017)</small> Tarif unique : 200 €			18h20-19h05 PILATES DÉBUTANT (12 places maxi)		
	19h15-20h00 HIIT		19h15-20h00 STEP	19h00-19h45 HIIT	
20h05-20h50 ZUMBA	20h05-20h50 STRETCHING RELAXATION	20h30-21h15 gym+ Form+	20h05- 20h50 CUISSSES- ABDOS FESSIERS	20h45-21h30 CIRCUIT TRAINING (15 places maxi)	
21h00-21h45 CUISSSES-ABDOS FESSIERS					



propose un cours Baby-Gym 1^e année
pour les enfants nés
entre janvier 2023 et juin 2023

le samedi de 9h00 à 9h30

dans la magnifique salle Robert Thiland
(près du gymnase Coubertin – rue Léo Lagrange – Noisy-le-Sec)

*Accompagnés d'un adulte et encadrés par des **professionnels**,
les enfants découvrent,
la **motricité** et la **vie collective**,
le tout sur des parcours **sécurisés**, **colorés** et en **chansons !!!***



240 euros pour l'année sportive 2024/2025

(ce tarif comprend la licence / assurance obligatoire ainsi que l'adhésion au club)