

PLANNING ET TARIFS DES ACTIVITES SAISON 2020-2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	TARIFS (hors adhésion)	LIEUX
BODY FITNESS LOCRONAN	18h-19h (Anne)						120 €	Espace Ty Lokorn - Locronan
BODY FITNESS	19h30-20h30 (Anne) 20h30-21h30 (Anne)	18h-19h (Anne) 19h-20h (Anne)					110 €	Lundi : Salle Nord de Penvillers Mardi : Gymnase du Likès - Salle du Dojo
CARDIO TRAINING			19h30-20h30 (Anne) 20h30-21h30 (Anne)				110 €	Salle Nord de Penvillers
STRETCHING			11h15-12h15 (Anne) 18h15-19h15 (Anne)				110 €	Salle Nord de Penvillers
GYM-BALL		12h30-13h30 (Anne)	12h30-13h30 (Anne)				110 €	Salle Nord de Penvillers
DOS & STRETCHING				12h30-13h30 (Anne)	17h-18h (Anne)		110 €	Salle Nord de Penvillers
STEP/ABDOS/STRETCHING				18h-19h (Thomas) 19h-20h (Thomas)			110 €	Salle Nord de Penvillers - Etage
BODY SCULPTING				20h-21h30 (Anne)	20h-21h30 (Anne)	10h-11h30 (Anne) 11h30-13h (Anne)	170 €	Complexe sportif Créach Gwen
PILATES				18h-19h (Violaine)			150 €	A définir
GESTION DU STRESS ET DES EMOTIONS			10h15-11h45 (Claudine)				175 €	Salle Nord de Penvillers - Etage
SOPHROLOGIE					18h30-20h (Claudine)		175 €	Salle Nord de Penvillers - Etage
QI GONG (débutant) QI GONG - Méditation (confirmé)	11h-12h15 (Nathalie)		17h-18h15 (Nathalie) 18h15-19h30 (Nathalie)				175 €	Lundi : Halle des Sports d'Ergué Armel – Salle C Mercredi : Ecole de Penanguer – Gymnase
TAI CHI (débutant) TAI CHI (confirmé)		16h30-18h (Philippe) 18h-19h30 (Philippe)		20h-21h30 (Philippe)			175 €	Mardi : Salle Nord de Penvillers - Etage Jeudi : Ecole de Penanguer - Gymnase
YOGA	18h-19h15 (Jennifer)		10h15-11h45 (Jennifer) 19h15-20h30 (Jennifer)				185€ 175 €	Salle de Kernisy
BADMINTON	18h30-20h30 (Paul)			18h30-20h30 (Paul)			180 € (1 séance/sem) 240 € (2 séances/sem)	Gymnase Paul Bert
AQUAGYM (Petit bain)	12h15-13h15 (Marc)	12h-13h (Jenni) 19h-20h (Marc) 20h-21h (Marc)		12h40-13h40 (Vanessa) 16h20-17h05 (A confirmer) 18h45-19h45 (Marc) 19h45-20h45 (Marc)	12h40-13h40 (Violaine) 19h30-20h30 (Aurélien)		170 € (cours du jeudi 16h20) 200 € (autres créneaux)	Piscine de Kerlan Vian
AQUA-FITNESS (Petit bain) AQUA-JOGGING (Grand bain - Savoir nager)		21h-22h (Julien)			20h30-21h30 (Aurélien)			
NATATION APPRENTISSAGE (Grand bain) NATATION NIVEAU 1 NATATION NIVEAU 1-2 NATATION NIVEAU 2 NATATION NIVEAU 2-3 NATATION NIVEAU 3 NAGE PALMES ET TUBA	12h15-13h15 (Ludovic) 12h15-13h15 (Jean Rieul)	 19h-20h (Julien) 20h-21h (Julien)	11h45-12h45 (Violaine)	19h-19h50 (Julien) 12h15-13h15 (Jean-Rieul) 19h50-20h40 (Julien) 20h40-21h30 (Julien) 12h30-13h30 (Violaine)	20h30-21h30 (Benoît) 19h30-20h30 (Benoît) 12h30-13h30 (Jenni)		170 € (cours du jeudi soir) 200 € (autres créneaux)	Piscine de Kerlan Vian
MARCHE AQUATIQUE			14h-15h (Violaine)		10h-11h (Gilles) 11h-12h (Gilles)	10h-11h (Violaine)	110 €	Plage du Treustel (Ile Tudy)
MARCHE NORDIQUE	9h30-11h (Thomas)	14h-15h30 (Thomas)	10h-12h (Gilles) 14h-16h (Gilles)			9h-10h30 (Thomas)	160 € (créneaux 1h30) 190 € (créneaux 2h) 250 € (2 créneaux du mercredi)	Lieux définis par les animateurs
BUNGY PUMP	15H30-17H30 (Vincent)		17H45-19H30 (Vincent)				190 € (bâtons fournis)	
HANDI-NAGE (créneau handisport - Grand bain)					15h-16h (Violaine)		108 € (+ licence handisport)	Piscine de Kerlan Vian (Partenariat "Handisport Cornouaille")
HANDI-NAGE (créneau handisport - Petit bain)					16h-17h (Violaine)			
AQUAGYM pour déficients visuels (créneau handisport - Petit bain)					15h-16h (Julien)			

Tarif 16-25 ans et demandeurs d'emploi (sur présentation de justificatifs) : -20% sur le tarif de l'activité.

Les cours sont assurés du 7 septembre 2020 jusqu'au 30 juin 2021 (sauf pont de l'Ascension, lundi de Pentecôte et vacances scolaires, sous réserve de la disponibilité des lieux de pratique loués ou mis à disposition).

L'association se réserve le droit de supprimer un créneau si le nombre d'inscrits n'est pas suffisant.

Tarifs Adhésion Sport Pour Tous 2020-2021	Adulte : 22 €
	Famille 2ème adulte : 17 €
	- 18 ans : 10 €