

www.sportspourtous.org

La section GYMNASTIQUE de l'Union Sportive Avanne Aveney (USAA)

propose à la salle polyvalente, 1 rue de l'église à AVANNE-AVENEY
7 séances hebdomadaires de Gymnastique d'Entretien pour Adultes

Selon les séances, il s'agit de gymnastique douce ou de gymnastique plus tonique ; toutes sont encadrées par des animatrices diplômées de la Fédération Française d'Entraînement Physique dans le Monde Moderne

Horaires en 2005-2006 : lundi : 8h45 ; 10h ; 17h45
mardi : 17h45 ; 18h50
mercredi : 20h15
jeudi : 18h

Tarifs en 2005-2006 : 1 cours par semaine : 78 €
2 cours par semaine : 105 €
3 cours par semaine : 130 €

Pour la rentrée de septembre 2006, l'association envisage de diversifier ses activités et de créer, si la demande est suffisante :

- un cours spécifique **stretching** (étirements) le lundi matin à 10 h
- un cours **aérobic** le jeudi soir à 18 h
- un cours de **step** le jeudi ou vendredi après 19 h

Si vous êtes intéressé(e) par nos activités, merci de prendre contact dès maintenant auprès de
Jocelyne COPPI tél 03 81 52 97 79 jocelyne.coppi@wanadoo.fr