

### ACTIVITES ADULTES 2022-2023

ACTIVITES	JOURS	HORAIRES	TARIFS ANNUELS 32 cours (1)		
			A	B	C
<b>DANSE</b>					
Danse aérienne	mercredi	19h00-21h30	355	395	435
Danse afro	mardi	20h00-21h00	195	210	225
Barre classique	mardi	10h00-11h00	185	200	215
Danse moderne	mardi	18h30-20h00	265	280	295
Danse Jazz (Débutants)	mercredi	19h00-20h30	265	280	295
Danse Jazz (Avancés)	jeudi	19h30-21h00	265	280	295
Danses urbaines	mardi	19h30-20h30	195	210	225
<b>GYM DOUCE</b>					
Barre au sol	lundi	18h15-19h30	200	215	230
Barre au sol	mardi	12h15-13h15	170	185	200
Gym douce avec ballon - Stability ball	mardi	11h00-12h15	200	215	230
Stretching-Relaxation	mardi	17h00-18h00	170	185	200
Qi Gong	lundi	17h00-18h00	170	185	200
Qi Gong	jeudi	09h30-10h30			
Sophrologie	mardi	11h15-12h15	185	200	215
Yoga	lundi	18h00-19h00	170	185	200
<b>ARTS CREATIFS</b>					
Croquis en extérieur	mercredi	09h30-12h30	420	450	480
Dessin-couleurs	jeudi	09h15-12h15	420	450	480
Dessin aquarelle	vendredi 1/2	14h30-18h30	355	370	385
Techniques mixtes (à partir de 8 ans)	jeudi	18h00-20h00	315	330	345
Peinture	mercredi	18h30-21h00	320	335	350
Sculpture	mardi	14h00-17h00	415	430	445
Sculpture	mardi	18h30-21h30	550	570	590
Couture (8 max, fournitures à rajouter)	jeudi	9h30-12h00	385	400	415
<b>THEATRE</b>					
Théâtre (+16 ans)	mardi	19h30-21h30	295	310	325
Théâtre (+16 ans) Alexis Djakeli	jeudi	20h00-22h00			

Atelier semi pro, stage de mise en scène et atelier de technique théâtrale			Se renseigner à l'accueil		
<b>SPORTS</b>					
Cardio-Fitness	mardi	09h30-11h00	300	315	330
Zumba	jeudi	18h15-19h15	195	210	225
Zumba	jeudi	20h00-21h00			
Fessiers - Abdos - Cuisses	jeudi	19h15-20h15			
Cross training	lundi	20h00-21h00	195	210	225
Cross training	mercredi	20h00-21h00			
Cross training	vendredi	19h00-20h00			
<b>LANGUES</b>					
Anglais	mardi	18h30-20h00	195	210	225
<b>INFORMATIQUE</b>					
Informatique no stress : questions/réponses	1er vendredi	14h00-16h00	10 euros		
<b>ECHECS</b>					
Club échecs	mardi	à partir de 14h00	5 euros		

(1) A = quotient familial entre 0 et 500  
 B = quotient familial entre 501 et 900  
 C = quotient familial supérieur à 901