

GYM COMPETITION FILLES - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
ECOLE DE GYM - 2 entrainements par semaine	POUSSINES 2009 et 2010 + 2011 (ayant déjà fait une année en gym compétition) cours complet	MERCREDI	13h30 - 16h00	LA PALESTRE	LISA / NESSIA	200 € 2 entrainements par semaine	92€ 2 entrainements par semaine	28,50 € 2 entrainements par semaine
		VENDREDI	17h00 - 19h30		LISA / MATHILDE			
	POUSSINES 2010 (débutantes) + 2011 & 2012 cours complet	MERCREDI	09h30 - 12h00		MARIE CLOTILDE			
		VENDREDI	17h00 - 19h30					
	JEUNESSES intermédiaires 2005 à 2008 cours complet	MERCREDI	16h30 - 18h30		MARIE CLOTILDE			
		SAMEDI	09h30 - 11h30					
	JEUNESSES confirmées 2005 à 2008 cours complet	LUNDI	17h30 - 20h30		LEO			
		MERCREDI	16h30 - 19h30					
	AINEES 4e degré 2004 et avant	VENDREDI	19h00 - 22h00		LEO / AUDREY			
		2e entrainement à définir avec les entraîneurs						
AINEES 5e et 6e degré 2004 et avant	MARDI	17h30 - 20h30						
	VENDREDI	19h00 - 22h00						
GYM PERFORMANCE <i>Prendre contact directement avec Catherine Perceval</i>	sur sélection	à définir avec l'entraîneur Catherine PERCEVAL au 06 75 05 42 17 pour les jours et heures d'entrainement		LA PALESTRE	CATHERINE / AUDREY / LEO	275 € 3 à 4 entrainements par semaine	117 € 3 à 4 entrainements par semaine	36 € 3 à 4 entrainements par semaine

Catherine : 06 75 05 42 17 / Audrey : 06 21 76 41 45 / Léo : 06 34 48 59 99 /

Marie Clotilde : 06 46 68 34 52 / Lisa : 06 44 70 53 04

GYM COMPETITION GARCONS - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités	
						* rajouter 75 € (adhésion)			
ECOLE DE GYM - 2 entrainements / semaine	JEUNES POUSSINS 2010 à 2012	MERCREDI	17h30 - 19h30	PALESTRE	AXEL	200 € 2 entrainements par semaine	92€ 2 entrainements par semaine	28,50 € 2 entrainements par semaine	
		VENDREDI	17h30 - 19h30	ALERTE					
	PUPILLES 2004 à 2009	MARDI	18h00 - 20h00	LA PALESTRE					
		JEUDI	18h00 - 20h00	ALERTE					
	ADULTES 2003 et avant	MARDI	19h30 - 22h00	LA PALESTRE					
		VENDREDI	19h30 - 22h00	ALERTE					
GYM PERFORMANCE - 3 entrainements par semaine	PERF 1 (Espoir/Senior)	LUNDI	17h30 - 20h30	LA PALESTRE	AXEL	275 € 3 à 4 entrainements par semaine	117€ 3 à 4 entrainements par semaine	36 € 3 à 4 entrainements par semaine	
		MARDI	19h30 - 22h00						
		VENDREDI	19h30 - 22h00						
	PERF 2 (Benjamins-Minimes-Espoirs)	LUNDI	17h30 - 20h30	LA PALESTRE					
		MERCREDI	15h00 - 17h30	ALERTE					
		JEUDI	17h30 - 20h00	ALERTE					
	PERF 3 (Poussins)	MARDI	17h30 - 20h00	ALERTE					MATHIEU
		MERCREDI	15h00 - 17h30	LA PALESTRE					AXEL
		VENDREDI	17h30 - 20h00	ALERTE					MATHIEU
Mathieu : 06 37 38 34 76 / Axel : 06 85 91 23 37									

GYM LOISIR MIXTE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
GYM LOISIR TRAMPO	2009 à 2012	LUNDI complet	18h00 - 19h30	LA PALESTRE	Fabienne / Chrystel	150 €	75 €	23,50€
		ou MERCREDI complet	09h15 - 10h45		Charles-Elie			
		ou MERCREDI complet	13h45 - 15h15	ALERTE				
Charles-Elie : 06 19 84 81 31 / Fabienne : 06 44 78 32 81 - Chrystel : 06 07 09 73 74				* 1 entrainement par semaine sur un créneau fixe				

TRAMPOLINE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
TRAMPOLINE	6-9 ans	MERCREDI complet	13h45 - 14h45	LA PALESTRE	AXEL	125 €	67 €	21,00€
	10-13 ans	MERCREDI complet	14h30 - 15h30		LILIAN			

MULTI-ACTIVITES - Répartition sur 5 cycles - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
FITNESS- cycle 1	6-10 ans cours complets	LUNDI	17h30 - 18h30	Salle Polyvalente CŒUR DE MERANDE	EUGENIE	125 €	67 €	21,00€
ZUMBA- cycle 2		MARDI	17h30 - 18h30	LA PALESTRE	LILIAN			
TRAMPOLINE - cycle 3				ALERTE				
GYM - cycle 4		LUNDI	17h30 - 18h30	Salle Polyvalente CŒUR DE MERANDE	EUGENIE			
DANSE- cycle 5								

GYM LOISIR MIXTE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
GYM ADULTES AUX AGRES	2002 et avant	VENDREDI	20h 30 - 22h00	LA PALESTRE	CATHERINE	120 €	65 €	20,50 €
Catherine : 06 75 05 42 17								

GYM LOISIR MIXTE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
PARKOUR-TRAMPO-STREET WORKOUT-SKI FREESTYLE	2004 et avant	LUNDI	20h30 - 22h00	LA PALESTRE	Léo	150 €	75 €	23,50 €
		et JEUDI	20h30 - 22h00		Charles-Elie			
	2005 à 2008	MERCREDI complet	10h30 - 12h00		Léo			
		MERCREDI complet	17h00 - 18h30		Charles-Elie			
		JEUDI complet	17h30-19h00		Théophile			

Léo : 06 34 48 59 99 / Charles-Elie : 06 19 84 81 31

SPORT ADAPTE - Saison 2018 /2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
HANDI DANSE / HANDY GYM	Enfants à partir de 7 ans	MERCREDI	16h30 - 17h30	Alerte / Studio 1 / Palestre - selon les semaines	Cindy - Nadia	130 €	69 €	21,50 €
	Ados - Adultes à partir de 15 ans	MERCREDI cours complet	17h30 - 18h30	Alerte / Studio 1 / Palestre - selon les semaines		130 €	69 €	21,50 €

Cindy : 06 77 58 42 75

EVEIL DE L'ENFANT - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
BÉBÉS TROTTEURS	2016-2017 (enfants en âge de marcher) - 1 entraînement par semaine sur un créneau fixe	LUNDI	16h45 - 17h30	LA PALESTRE	AUDREY	95 €	57 €	18,00 €
		SAMEDI	09h 15 - 10h00					
EVEIL GYMNIQUE	2014 - 2015 - 1 entraînement par semaine sur un créneau fixe	LUNDI complet	17h00 - 18h00	ALERTE	CHARLES-ELIE / LILIAN	100 €	59 €	18,50 €
		MARDI	17h15 - 18h15	LA PALESTRE	CHARLES-ELIE			
		MERCREDI complet	11h00 - 12h00					
		MERCREDI complet	15h30 - 16h30	ALERTE				
		SAMEDI complet	09h30 - 10h30	LA PALESTRE				
INITIATION	2013 - 1 entraînement par semaine sur un créneau fixe	MERCREDI complet	10h30 - 12h00	ALERTE	AXEL	125 €	67 €	21,00 €
		MERCREDI complet	16h00 - 17h30	LA PALESTRE	LILIAN			
		SAMEDI	10h30- 12h00	LA PALESTRE	CHARLES - ELIE			

Charles-Elie : 06 19 84 81 31 / Axel : 06 85 91 23 37 / Audrey : 06 21 76 41 45 / Lilian : 07 60 67 79 09

GYM FORM ' DETENTE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						<i>* rajouter 75 € (adhésion)</i>		
FITNESS ADOS	11 - 15 ans	LUNDI	18h30 - 19h30	Salle Polyvalente Cœur de Mérande	EUGENIE	105 €	60 €	19,00 €
FITNESS ADULTES	ADULTES (à partir de 16 ans)	LUNDI	18h30 - 19h30	Gymnase Cœur de Mérande MERANDE	CHARLES-ELIE			
		JEUDI	19h00 - 20h00					
MUSCULATION	ADULTES (à partir de 16 ans)	LUNDI	19h45 - 21h15	Salle Musculation Alerte	CHARLES-ELIE	105 €	60 €	19,00 €
		MARDI	19h00 - 20h15					
FITNESS SENIORS	A partir de 55 ans	MARDI	10h00 - 11h00	LA PALESTRE	CHARLES-ELIE	105 €	60 €	19,00 €
		JEUDI	10h00 - 11h00		CELINE			
		VENDREDI	09h00 - 10h00					
MUSCULATION SENIORS & PUBLIC ADAPTE	Tout âge	MARDI	11h15 - 12h15	Salle Musculation Alerte	CHARLES-ELIE	105 €	60 €	19,00 €
REMISE EN FORME ADAPTEE	Adultes à partir de 16 ans	JEUDI	18h00 - 19h00	Gymnase Cœur de Mérande		105 €	60 €	19,00 €
PACK FITNESS / ZUMBA						135 €	70 €	22,00 €
PACK FITNESS / MUSCULATION						135 €	70 €	22,00 €
PACK ZUMBA / MUSCULATION						135 €	70 €	22,00 €
PACK FITNESS/ ZUMBA/MUSCULATION						165 €	80 €	25,00 €

Charles-Elie : 06 19 84 81 31 / Eugénie : 06 67 62 49 99 / Céline : 06 31 05 09 01

GYM FORM ' DETENTE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						<i>* rajouter 75 € (adhésion)</i>		
ZUMBA	8 à 11 ans	MERCREDI	17h00 - 17h45	Salle Polyvalente Cœur de Mérande	EUGENIE	105 €	60 €	19,00 €
	Ados 12 à 15 ans	MERCREDI	18h00 - 19h00					
	Adultes à partir de 16 ans	MERCREDI	19h00 - 20h00					
Eugénie : 06 67 62 49 99								

GYM FORM ' DETENTE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	COACH	TARIF annuel	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						<i>* rajouter 75 € (adhésion)</i>		
PILATES	Adultes	LUNDI	12h30 - 13h30	STUDIO 2	ELISE	175 €	84,00 €	26,00 €
		complet	17h45 - 18h45					
			18h45 - 19h45					
		MARDI	12h30 - 13h30		ALEXANDRA			
		JEUDI	12h30 - 13h30		ELISE			
		complet						

Elise : 06 09 97 90 41

DANSE CONTEMPORAINE - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	PROFESSEUR	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						<i>* rajouter 75 € (adhésion)</i>		
INTERMEDIAIRES 1-2	Ados (à partir de 16 ans) / Adultes	LUNDI	18h00 - 19h15	ALERTE	CAROLINE	195 €	90 €	28,00 €
INTERMEDIAIRES 2-3	Ados (à partir de 16 ans) / Adultes	LUNDI complet	19h15 - 20h30					
AVANCE 4	Adultes niveau avancé	LUNDI complet	20h30 - 22h00					
OPTION ATELIER REPertoire	Obligation de suivre 1 cours de technique /semaine	5 samedis / an	10h00 - 17h00		ELISE	60 €	20 €	7,00 €
Caroline : 06 29 38 97 19 / Elise : 06 09 97 90 41								

***Tarifs pour 1 cours par semaine**

Pour 1 ou plusieurs cours supplémentaires par semaine sur toute l'année avec la(le) même animatrice(teur) 60€ X le nombre de cours souhaités

Les Hauts de Chambéry DANSE RYTHMIQUE - CLASSIQUE - MODERN'JAZZ Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	PROFESSEUR	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
EVEIL DANSE	4-6 ans	MERCREDI complet	16h00 - 17h00	COMBES	VERONIQUE	130 €	69 €	21,50 €
	4- 6 ans	MARDI	17H30 - 18H30		CINDY			
INITIATION DANSE	6-8 ans	MERCREDI	14h00 - 15h00					
CLASSIQUE	8-11 ans	LUNDI	17h30 - 18h30	COMBES	VERONIQUE			
	10-13 ans (cours de pointes - sur sélection)	VENDREDI complet	17h30 - 18h30					
	Ados Intermédiaires (11 à 15 ans)	MERCREDI complet	18h00 - 19h00					
	Adultes intermédiaires 3	LUNDI	18h30 - 19h45					
	Adultes intermédiaires 2	JEUDI complet	18h30 - 19h45					
	Ados Avancés (à partir de 16 ans) et adultes niveau avancé	VENDREDI complet	18h30 - 19h45					
MODERN'JAZZ	8 ans à 11 ans (initiation)	JEUDI	17h30 - 18h30	COMBES	VERONIQUE			
	8 ans à 11 ans (initiation)	MERCREDI	15h00 - 16h00		CINDY			
	11 à 14 ans (intermédiaire)	MERCREDI complet	17h00 - 18h00		VERONIQUE			
	Ados (à partir de 16 ans) /Adultes intermédiaire 2	MERCREDI	19h00 - 20h15					
	Adultes intermédiaires 2	JEUDI complet	19h45 - 21h00					
	Ados (à partir de 16 ans) /Adultes intermédiaires 3	LUNDI complet	19h45 - 21h15					
	Ados (à partir de 16 ans) /Adultes niveau avancé	VENDREDI	19h45 - 21h15					
MODERN'JAZZ	Ados (à partir de 16 ans) / Adultes niveau intermédiaire	MARDI	18h45 - 19h45	CINDY				

Chambéry centre MODERN'JAZZ - CLASSIQUE Saison 2018 /2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	PROFESSEUR	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
CLASSIQUE	7-10 ans (débutants)	MERCREDI	11h 00 - 12h 00	STUDIO 1	VERONIQUE	160 €	79 €	24,50 €
	7-10 ans (2ème année)	MARDI	17h30 - 18h30	STUDIO 2				
EVEIL DANSE	5-6 ans	MERCREDI complet	15h30 - 16h30	STUDIO 2	LUCE			
	3-4 ans	MERCREDI complet	16h30 - 17h30					
INITIATION DANSE	7-9 ans	MERCREDI	17h30 - 18h30					
MODERN'JAZZ	10-12 ans	MERCREDI	18h30 - 19h30					
	13-16 ans	MERCREDI complet	19h30 - 20h30					
	Adultes à partir de 17 ans	MERCREDI	20h30 - 22h00					
MODERN'JAZZ	10-12 ans	VENDREDI	17h30 - 18h30	STUDIO 2	CORALIE			
	Ados 13-16 ans	VENDREDI	18h30 - 19h30					
INITIATION DANSE	8-11 ans	MERCREDI	10h00 - 11h00	STUDIO 2	CINDY			
EVEIL DANSE	5-7 ans	MERCREDI	11h00 - 12h00					

Véronique : 06 09 82 16 61 / Luce : 06 08 30 09 92 / Coralie : 06 27 64 70 02 /
Cindy : 06 77 58 42 75

*Tarifs pour 1 cours par semaine
cours supplémentaires par semaine (sur toute l'année avec le même animateur) = 60 € X le nombre de cours souhaités

COUTURE - Saison 2018/ 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	PROFESSEUR	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités
						* rajouter 75 € (adhésion)		
COUTURE	Ados (à partir de 16 ans) / Adultes	MARDI (tous les 15 jours)	14h30 - 16h45	89 rue pasteur	VERONIQUE	au choix 1 cours tous les 15 jours = 130 € 1 cours par semaine = 230 €	1 cours tous les 15 jours = 69 € 1 cours par semaine = 102 €	1 cours tous les 15 jours = 21,50 € 1 cours par semaine = 31,50 €
			19h00 - 21h15					

Véronique : 06 09 82 16 61

CHANT - Saison 2018 / 2019

ACTIVITES	CATEGORIES	JOURS	HORAIRES	LIEU	PROFESSEUR	TARIF annuel *	règlement 3 mensualités	règlement 10 mensualités *
						* rajouter 75 € (adhésion)		
CHANT	Adultes à partir de 16 ans	Mercredi ou Jeudi tous les 15 jours	19h00 - 21h00	SALLE du 89 Rue Pasteur	GAELE	180 €	85 €	26,50 €

Gaëlle : 06 89 89 44 98

CONDITIONS TARIFS

Adhésion	75 €	incluant le coût de la licence, l'assurance, les frais de gestion
Réduction famille	moins 10 € à partir du 2ème membre de la famille	
Carte Pass Région	moins 30 € (un chèque de 30 € est demandé en caution)	(sur présentation de la photocopie)
Carte Etudiant	moins 10 €	(sur présentation de la photocopie)
Coupon sport Ville	moins 40 € (pour enfants chambériens de 3 à 15 ans)	QF < 642 € - Fournir justificatif de la CAF
Coupon sport employeur	réduction selon montant du coupon	
Multi-activités (2 maximum)	prendre en compte la cotisation la plus élevée et ensuite régler 100 € par activité supplémentaire	
Avantages	Paiement par prélèvements mensuels possibles en 3 fois ou 10 fois (chèque de caution 100 € obligatoire en cas de rejet)	