

Gym Danse

Avec Olivia

A partir de 6 ans. Chorégraphie alliant mouvements de danse/aérobic et de gymnastique.

Tarifs : 140 € pour les habitants de Veigy / 160 € pour les extérieurs

Cours 6-7 ans (2012-2013) Mercredi 15h30-16h30

Cours 8-10ans (2009-2011) Mercredi 17h30-18h30

Cours 11-13 ans (2006-2008) Lundi 18h30-19h45

Hip-Hop Enfants

Avec Olivia

Pour enfants et adolescents (à partir de 4 ans) - tout niveau

Tarifs :140 euros pour les habitants de Veigy / 160 pour les extérieurs

Cours 4-5 ans (2014-2015) Lundi 16h45-17h30
Mercredi 11h00-11h45

Cours 6-7 ans (2012-2013) Mercredi 14h30-15h30
Jeudi 17h00-18h00

Cours 8-10ans (2009-2011) Lundi 17h30-18h30
Mercredi 16h30-17h30

Cours 11-13 ans (2006-2008) Jeudi 18h00-19h00

Zumba Kid

Avec Valérie

Pour enfants et adolescents (de 8 à 12 ans) - tout niveau

Tarifs :120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Cours 8-12 ans (2007-2011) Mardi 18h45-19h30

Hip-Hop Adultes

Avec Johanna

A partir de 14 ans (2005)

Tarifs : 140 euros pour les habitants de Veigy /160 pour les extérieurs

Lundi 19h45-21h15

Zumba

Avec Valérie

A partir de 14 ans

Tarifs : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Mardi 19h30-20h30 (changement d'horaires)

Jeudi 19h00-20h00

Salsa

Avec Laure et Benny

A partir de 18 ans. de septembre à décembre 2019

Tarifs : 90 euros pour les habitants de Veigy / 100€ pour les extérieurs

Jeudi 20h00-21h30

Renforcement musculaire

Avec Edgar

A partir de 16 ans

Tarifs : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Mercredi 18h45-19h30 (changement d'horaires)

Mercredi 19h30-20h15 (changement d'horaires)

Gym douce

Avec Jean-Yves

Cours de gym sans cardio, idéal pour seniors avec bonne forme physique ou reprise douce d'une activité sportive

Tarifs : 120 euros pour les habitants de Veigy /140 pour les extérieurs

Lundi 10h30-11h30

Stretching

Avec Jean-Yves

Etirements musculaires pour adultes

Tarifs : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Jeudi 14h15-15h15

Gym seniors +

Avec Jean-Yves

Gym douce adaptée aux seniors avec mobilité réduite

Tarifs : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Lundi 11h30-12h30