



TARIFS

Adultes : 96 € (tous les cours du planning excepté les cours de danse)

Adultes : 134 € (tous les cours du planning)

- de 18 ans : 110 € (tous les cours)

Payable en **plusieurs fois sans frais**, **chèques vacances** et **coupons sport** acceptés.

INSCRIPTIONS

 Au forum du Val St Martin le **7 septembre 2019**

 Aux permanences de la Maison des Associations :
Du 09/09/2019 au 30/09/2019
chaque lundi et mercredi de : 17h00 à 19h00

 Sur les cours, directement.



REPRISE DES COURS LE
16 SEPTEMBRE 2019

AUCUN COURS PENDANT LES
VACANCES SCOLAIRES

Cours cumulables en illimité chaque
Semaine soit 41 heures !

- ➔ **RENFORCEMENT MUSCULAIRE**
- ➔ **GYM DOUCE D'ENTRETIEN**
- ➔ **STRETCHING**
- ➔ **GYM PILATES**
- ➔ **ZUMBA**
- ➔ **MODERN'DANCE (ados, enfants, adultes)**
- ➔ **STEP**
- ➔ **EQUILIBRE SENIOR**
- ➔ **TECHNIQUES DOUCES ZEN'DANCE**
- ➔ **SWISS BALL**

L'AEPPR ne fournit ni les STEPS ni les ballons swiss ball

Merci de vous équiper d'un tapis de sol, une paire de basket et d'une bouteille d'eau



Saison 2019-2020

Maison des Associations
4 rue de Lorraine
44210 PORNIC

Contact : asso.aeppr@gmail.com
Blog : aeppr.blog.free.fr/index.php

Présidente : **Michèle GLENAT**
glenat.michele@orange.fr
TEL : 06.42.72.76.70.