

PLANNING 2022-2023

|            | 17H30-17H45  | 17H45-18H                        | 18H-18H15 | 18H15-18H30   | 18H30-18H45   | 18H45-19H | 19H-19H15  | 19H15-19H30                      | 19H30-19H45                               | 19H45-20H   | 20H-20H15 | 20H15-20H30 | 20H30-20H45 | 20H45-21H | 21H-21H15 | 21H15-21H30 | 21H30-21H45 | 21H45-22H |  |
|------------|--|----------------------------------|-----------|---|---|-----------|--|----------------------------------|---|---|-----------|-------------|-------------|-----------|-----------|-------------|-------------|-----------|--|
| LUNDI      | COMPETITIONS (Pré-POUSSINES 2016-2017) 2H Solenne      |                                  |           |   |   |           |  |                                  | FITNESS 1H Solenne                        |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            |  |                                  |           |   | COMPETITIONS GRANDES FEDERAL A 3H Dylan                       |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            |  | LOISIRS (2012-2013) 1H30 Dylan   |           |   |   |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
| MARDI      | COMPETITIONS (POUSSINES) 2H30 Solenne                  |                                  |           |   |   |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            | GR LOISIRS (2014) 1H Isabelle (Salle des agrès)        |                                  |           |   | GR PERFECTIONNEMENT (2011 et -) 2H Isabelle (Salle des agrès) |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
| MERCREDI   | COMPETITIONS MOYENNES FEDERAL A 2H30 Solenne           |                                  |           |   |   |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            | COMPETITIONS FEDERAL B 2H Nicolas                      |                                  |           |   |   |           | LOISIRS 2007 et - (LYCEE + ADULTES) 1H30 Nicolas       |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
| Après-Midi | GR LOISIRS (2012-2013) 1H30 Isabelle (Salle des fêtes) |                                  |           | GR LOISIRS (2015-2016) 1H 15H30 - 16H30 (Salle des fêtes) |   |           | GR LOISIRS (2013-2014) 1H30 Isabelle (Salle des fêtes) |                                  |   | GR PERFECTIONNEMENT 1H30 Isabelle (Salle des fêtes) |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
| JEUDI      | COMPETITIONS (POUSSINES) 2H Solenne                    |                                  |           |   |   |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            | LOISIRS (2012-2013) 1H30 Guillaume                     |                                  |           | COMPETITIONS GRANDES FEDERAL A 2H Dylan                   |   |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            |  | LOISIRS (2014-2015) 1H Dylan     |           | GYM URBAINE (2012 à 2016) 1H30 Dylan                      |   |           |  | GYM URBAINE (2011 et +) 2H Dylan |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
| VENDREDI   | COMPETITIONS MOYENNES FEDERAL A 2H Solenne             |                                  |           |   |   |           |  |                                  | COMPETITIONS GRANDES FEDERAL A 2H Solenne |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            | LOISIRS (2012-2013) 1H30 Guillaume                     |                                  |           |   | LOISIRS (2008-2009) 1H30 Guillaume                            |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |
|            |  | LOISIRS (2014-2015) 1H30 Nicolas |           |   | LOISIRS (2010-2011) 1H30 Nicolas                              |           |  |                                  |   |   |           |             |             |           |           |             |             |           |  |

|                 | 8H45-9H  | 9H-9H15 | 9H15-9H30 | 9H30-9H45                                   | 9H45-10H                        | 10H-10H15 | 10H15-10H30                                | 10H30-10H45                 | 10H45-11H | 11H-11H15   | 11H15-11H30 | 11H30-11H45 | 11H45-12H                            | 12H-12H15 | 12H15-12H30 | 12H30-12H45 | 12H45-13H |
|-----------------|--|---------|-----------|---|---------------------------------|-----------|--|-----------------------------|-----------|---|-------------|-------------|--------------------------------------|-----------|-------------|-------------|-----------|
| SAMEDI<br>Matin | PARENTS-ENFANTS (2020) 45' Solenne               |         |           |   | PRE-BABY-GYM (2019) 45' Solenne |           |  | BABY-GYM (2018) 45' Solenne |           | EVEIL GYMNIQUE (2017) 45' Solenne                 |             |             | EVOLUTION GYMNIQUE (2016) 1H Solenne |           |             |             |           |
|                 | GR LOISIRS (2017-2018) 45' Isabelle (Salle Dojo) |         |           | GR LOISIRS (2016) 45' Isabelle (Salle Dojo) |                                 |           | GR LOISIRS (2015) 1H Isabelle (Salle Dojo) |                             |           | GR LOISIRS (2012-2013) 1H30 Isabelle (Salle Dojo) |             |             |                                      |           |             |             |           |

|                      | 13H30-13H45                                | 13H45-14H | 14H-14H15 | 14H15-14H30 | 14H30-14H45 | 14H45-15H | 15H-15H15   | 15H15-15H30 | 15H30-15H45                  | 15H45-16H | 16H-16H15   | 16H15-16H30 | 16H30-16H45 | 16H45-17H | 17H-17H15 | 17H15-17H30 | 17H30-17H45 | 17H45-18H | 18H-18H15 | 18H15-18H30 |  |  |
|----------------------|--|-----------|-----------|-------------|-------------|-----------|---|-------------|------------------------------|-----------|---|-------------|-------------|-----------|-----------|-------------|-------------|-----------|-----------|-------------|--|--|
| SAMEDI<br>Après-Midi | COMPETITIONS MOYENNES FEDERAL A 2H30 Dylan |           |           |             |             |           |   |             | LOISIRS (2014-2015) 1H Dylan |           |   |             |             |           |           |             |             |           |           |             |  |  |
|                      | COMPETITIONS FEDERAL B 2H Solenne          |           |           |             |             |           |   |             |                              |           |   |             |             |           |           |             |             |           |           |             |  |  |
|                      |  |           |           |             |             |           | GR LOISIRS ++ (2012-2014) 1H30 Isabelle (Salle Dojo/Petite salle/Salle des agrès) |             |                              |           | GR LOISIRS ++ (2010 et -) 2H Isabelle (Salle Dojo/Petite salle/Salle des agrès) |             |             |           |           |             |             |           |           |             |  |  |

| Pour un cours d'une durée de | Tarif cours pour la saison | Adhésion au club | Total saison |
|------------------------------|----------------------------|------------------|--------------|
| 0h45                         | 38 €                       | 140 €            | 178 €        |
| 1h00                         | 50 €                       | 140 €            | 190 €        |
| 1h30                         | 85 €                       | 140 €            | 225 €        |
| 2h00                         | 120 €                      | 140 €            | 260 €        |

| CATEGORIES |    |                |             |
|------------|----|----------------|-------------|
| LOISIRS    | GR | URBAIN FITNESS | Compétition |

| En cas de participation à plusieurs cours loisirs ou compétition |                     |                  |              |
|--|---------------------|------------------|--------------|
| Pour une pratique hebdomadaire de                                | Prix pour les cours | Adhésion au club | Total saison |
| 2h00   | 120 €               | 140 €            | 260 €        |
| 2h30   | 130 €               | 140 €            | 270 €        |
| 3h00   | 160 €               | 140 €            | 300 €        |
| 3h30   | 180 €               | 140 €            | 320 €        |
| 4h00   | 220 €               | 140 €            | 360 €        |
| 4h30   | 250 €               | 140 €            | 390 €        |
| 5h00   | 280 €               | 140 €            | 420 €        |
| 5h30   | 310 €               | 140 €            | 450 €        |
| 6h00   | 330 €               | 140 €            | 470 €        |
| 6h30   | 350 €               | 140 €            | 490 €        |
| 7h00   | 370 €               | 140 €            | 510 €        |