



VIVRE EN FORME

## LISTE DES COURS, LIEUX, HORAIRES, MONTANT et COORDONNEES

COURS	JOUR	HORAIRE	SALLE	PROF	MONTANT yc Adhésion familiale 10 €
GYM	LUNDI	09 H 15	OBELIX	Guillaume	90 €
PILATES	LUNDI	19 H 30	CASSIOPEE		160 €
PILATES	LUNDI	20 H 30	CASSIOPEE		160 €
SENIOR ZUMILATES	MARDI	09 H 00	OBELIX	Elodie	110 €
QI GONG	MARDI	18 H 45	CASSIOPEE	Nathalie	185 €
STEP/ABDO	MARDI	19 H 15	OBELIX	Guillaume	90 €
GYM TONIC	MARDI	20 H 30	OBELIX	Guillaume	90 €
YOGA	MERCREDI	10 H 45	SM JYC	Sophie	185 €
YOGA	MERCREDI	19 H 30	SM CDL	Sophie	185 €
YOGA	MERCREDI	21 H 00	SM CDL	Sophie	185 €
GYM	JEUDI	09 H 15	OBELIX	Nathalie	90 €
PILATES	JEUDI	10 H 15	OBELIX	Nathalie	160 €
PILATES	JEUDI	11 H 15	OBELIX	Nathalie	160 €
GYM TONIC	JEUDI	19 H 15	OBELIX	Guillaume	90 €
STEP/ABDO	JEUDI	20 H 30	OBELIX	Guillaume	90 €
GYM TONIC	VENDREDI	18 H 30	SM JYC	Guillaume	90 €

**NB** : pour 2 cours ou plus, tarif préférentiel sur demande – Le montant de l'adhésion est dû une seule fois pour les personnes d'une même famille résidant à la même adresse

- OBELIX** : Salle ensemble polyvalent (derrière l'église, entrée côté gauche)  
**CASSIOPEE** : Salle de spectacle rue de Texüe (entrée côté terrains de tennis, porte rouge)  
**SM JYC** : Salle de motricité école maternelle Jacques-Yves Cousteau (salle à droite dans l'entrée)  
**SM CDL** : Salle de motricité Centre de Loisirs (entrée côté arrière de la médiathèque)

**Téléphone : 07 68 22 89 56 – Mail : [vivreenformelm@gmail.com](mailto:vivreenformelm@gmail.com)**