

Activités sportives

LUNDI	Tai Chi Salle principale Lundi : 17h30 à 18h30 Frédérique 120€/an	Body Sculpt/Fitness Salle principale Lundi : 18h45 à 19h45 Stéphanie 120€/an	Stretching Salle principale Lundi : 19h45 à 20h45 Stéphanie 120€/an		
MARDI	Danse rythmique Enfants de 7 à 10 ans Salle principale Mardi : 17h30 à 18h30 Lydia 120€/an	Kung Fu Salle principale Mardi : 18h30 à 19h30 Olivier 120€/an	Qi Qong : assouplissement et relâchement du corps et de l'esprit Ecole maternelle Mardi : 19h30 à 20h30 Frédérique 120€/an	Intervalle training (renforcement musculaire) Salle principale Mardi : 19h45 à 20h45 Stéphanie 120€/an	Step/Cardio/FAC Salle principale Mardi : 20h45 à 21h45 Stéphanie 120€/an
MERCREDI	Babygym de 3 à 6 ans Salle principale Mercredi : 15h30 à 16h30 Séverine 120€/an	Country Line Dance Salle principale Mercredi : 19h à 20h Lydia 120€/an	Danse de salon Salle principale Mercredi : 20h à 21h Lydia 120€/an		
JEUDI	Body dance Salle principale Jeudi : 18h à 19h Edith et Sébastien 120€/an	Aéroboboxe Salle principale Jeudi : 19h à 20h Edith et Sébastien 120€/an	Zumba Adultes Salle principale Jeudi : 20h à 21h Edith et Sébastien 120€/an		

Activités musicales

LUNDI et MARDI	Atelier chant : conseil vocal et accompagnement guitare acoustique pour tout âge * Salle de musique Lundi : 14h à 21h Mardi : 14h à 21h Contact : Titou (06 19 56 06 54) 100€/trimestre soit 300€/an	MERCREDI et SAMEDI	Guitare acoustique, classique et électrique/Basse* Salle de musique Mercredi : 14h à 20h Samedi : 9h à 12h Contact : Alain (06 71 29 99 93) 100€/trimestre soit 300€/an	MERCREDI	Atelier groupe de chant adultes Salle de musique Mercredi : 20h à 21h Contact : Alain (06 71 29 99 93) 100€	JEUDE	Batterie* Salle de musique Jeudi : 16h à 21h Contact : Alexis (06 75 21 80 72) 100€/trimestre soit 300€/an	VENDREDI	Ateliers musicaux de groupe Salle de musique Vendredi : 17h30 à 20h Contact : Alain (06 71 29 99 93) 5€ / 1h d'atelier
----------------	--	--------------------	---	----------	--	-------	---	----------	---

*Il s'agit de 30 cours individuels d'une demi-heure. Début des cours début octobre 2015.

Activités culturelles

MERCREDI	Théâtre Enfants < à 11 ans Salle principale Mercredi : 16h30 à 17h45 Gérard 130€/an	Théâtre Ados Salle principale Mercredi : 17h45 à 19h Gérard 130€/an	Des cours de langues étrangères vous intéresseraient? Faites-le nous savoir!
----------	---	--	---



Saizerais