



## COURS ENFANTS/ADOS 2020-2021

Tarif : sannoisien 110 € - extérieur 130 €

Renouvellement : sannoisien 90 € - extérieur 110 €

### Où pratiquer ?

Palais des sports J.C. Bouttier - 88 Rue du Poirier Baron - Sannois 01 30 25 76 11

**MERCREDI MATIN**

*(reprise des cours le 16 septembre 2020)*

### **RECREA-GYM** de 3 ans à 6 ans de 09H15 à 10H15

Cours multisports (gym au sol, jeux relais, initiations basketball, handball Ultimate) et des jeux d'opposition et de coopération

### **GYM CALINE** de 16 mois à 36 mois de 10H15 à 11H15

Cours dispensé sous forme de jeux, l'enfant apprend à se repérer dans l'espace et à se mouvoir au sein d'un groupe (parcours de motricité, galipettes, trampoline)

**VENDREDI SOIR**

*(reprise des cours le 18 septembre 2020)*

### **RYTHM'GYM** de 5 ans à 9 ans de 17H00 à 18H00

Initiation gymnastique au sol (roulade, équilibre, roue...) et utilisation d'engins (ballons, cerceaux, cordes, rubans)

### **FIT'ADOS** de 10 ans à 14 ans de 18H00 à 19H00

Activités type fitness (step, fit'ball, gliding, renforcement musculaire, fit'dance...) Adaptée pour les adolescentes

### **MODERN MONDE** à partir de 14 ans de 19H00 à 20H00

Différents univers de danse (moderne, contemporain, africain, classique...)

[gvsannois.com](http://gvsannois.com)

[vivagym.sannois@gmail.com](mailto:vivagym.sannois@gmail.com)



☎ 06 75 90 59 33 (du lundi au vendredi 10h00 à 19h00)



## COURS ENFANTS/ADOS 2020-2021

Tarif : sannoisien 110 € - extérieur 130 €

Renouvellement : sannoisien 90 € - extérieur 110 €

### Où pratiquer ?

Palais des sports J.C. Bouttier - 88 Rue du Poirier Baron - Sannois 01 30 25 76 11

**MERCREDI MATIN**

*(reprise des cours le 16 septembre 2020)*

### **RECREA-GYM** de 3 ans à 6 ans de 09H15 à 10H15

Cours multisports (gym au sol, jeux relais, initiations basketball, handball Ultimate) et des jeux d'opposition et de coopération

### **GYM CALINE** de 16 mois à 36 mois de 10H15 à 11H15

Cours dispensé sous forme de jeux, l'enfant apprend à se repérer dans l'espace et à se mouvoir au sein d'un groupe (parcours de motricité, galipettes, trampoline)

**VENDREDI SOIR**

*(reprise des cours le 18 septembre 2020)*

### **RYTHM'GYM** de 5 ans à 9 ans de 17H00 à 18H00

Initiation gymnastique au sol (roulade, équilibre, roue...) et utilisation d'engins (ballons, cerceaux, cordes, rubans)

### **FIT'ADOS** de 10 ans à 14 ans de 18H00 à 19H00

Activités type fitness (step, fit'ball, gliding, renforcement musculaire, fit'dance...) Adaptée pour les adolescentes

### **MODERN MONDE** à partir de 14 ans de 19H00 à 20H00

Différents univers de danse (moderne, contemporain, africain, classique...)

[gvsannois.com](http://gvsannois.com)

[vivagym.sannois@gmail.com](mailto:vivagym.sannois@gmail.com)



☎ 06 75 90 59 33 (du lundi au vendredi 10h00 à 19h00)