



SAISON 2020 - 2021

Inscriptions sur place
(présence de professeurs) :
le samedi 5 septembre 2020
MTL de 14h30 à 17h00

En raison des consignes sanitaires, le port du masque est obligatoire et
merci de privilégier les inscriptions par email.

Email L.N .A : loisirsnanteuilactivites@gmail.com

Adhésion à l'association : 8 €

| | | | |
|--|--|--|---|
| Danse modern'Jazz Enfants, Ados, Adultes | Mercredi à partir de 14h30 selon les inscriptions | Enfants 1h00 : 156€ Ados, adultes 1h30 : 228€ | Renseignement : 06 47 43 61 27 |
| Renforcement musculaire cardio (Adultes (EPGV)) | Jeudi 18h30 ou 19h30 selon les inscriptions (1h00) | 120€ licence incluse | Renseignement : 06 13 80 83 53 |
| Gymnastique Senior | Mardi (9h30 - 10h30) | 95€ licence incluse | Renseignement : 05 49 05 63 67 |
| Gymnastique Enfants de 3 à 6 ans (EPGV) Développer ses habiletés motrices, explorer son environnement, encourager son imaginaire et oser s'engager au sein d'un groupe à travers des activités physiques et sportives. | Mercredi à partir de 16h30 ou Jeudi 18h30 selon les inscriptions | 156 € licence incluse | Renseignement : 06 13 80 83 53 |
| Gymnastique Eveil Bébé de 9 mois à 3 ans (EPGV) Favoriser et développer son autonomie, son éveil, ses capacités physiques et corporelles au travers des parcours d'habiletés motrices, des comptines, des jeux, des activités de corps à corps, etc. | Mercredi à partir de 16h30 selon les inscriptions Accompagné d'un adulte (parent, assistante maternelle ;...) | 156 € licence incluse | Renseignement : 06 13 80 83 53 |
| ZUMBA/step (nouveau) Adultes | Mardi (19h00 – 20h00) | 156 € | Renseignement : 06 73 27 59 13 |
| Stretching/yoga/Pilate Adultes Accéder à une détente et à un relâchement de tensions/stress en déliant les articulations et étirant les différents muscles du corps et musclant les abdominaux et les fessiers | Mardi (18h00-19h00) ; (20h00-21h00) Mercredi matin (10h30- 11h30) | 156 € | Renseignement 06 64 61 22 49 |
| QI GONG Art énergétique : par des mouvements lents associés à la respiration calme et l'écoute du corps, on libère les tensions pour retrouver un équilibre. | Lundi (16h45 – 18h00), Mercredi (9h00 – 10h15) | 240€ licence incluse | Sylvie Faity 05 49 59 11 41 ou 06 04 53 69 20 https://www.lesouffledudao.com |
| Guitare | Mercredi selon les inscriptions | 300€ (30 séances) | Renseignement : 06 81 75 63 18 |
| Atelier Informatique Initiation découverte du PC; Nettoyage de votre PC; Protection contre les virus; Traitement de texte; Internet; Messagerie (mail); Retouche de photos | Mardi (20h30 -22h00) | 12€ | Renseignement : 06 37 25 31 37 |

Reprise à partir du 14 Septembre 2020

(QI GONG reprise le 21 septembre 2020)

Sous réserve des consignes sanitaires

Une réduction sera accordée pour plusieurs inscriptions au sein d'un même foyer (sauf Informatique, Gym et Qi Gong)

2 inscriptions : 10€ 3 inscriptions : 20€



En raison des conditions sanitaires, le règlement des activités ne sera pas demandé lors de l'inscription (sauf pour la guitare) mais ultérieurement après analyse des conditions de reprises.

Gala des activités

Samedi 19 juin et Dimanche 20 juin 2021

Journée conviviale Qi gong le matin pique nique à St sauvant
le dimanche 27 juin 2021