

# Association Dance M Move « Planning 2021-2022 »

|  | LUNDI   | MARDI  | MERCREDI   | JEUDI   | VENREDI/SAMEDI   |
|--|---|--|--|---|--|
| <b>ANDEL</b><br><i>Salle du Vieux Moulin</i>   |   |  | <b>Zumba</b><br>18h15 - 19h15  |   |  |
| <b>BREHAND</b><br><i>Salle des fêtes, sauf :<br/>Salle polyvalente :<br/>Pilates et Kids</i> | <b>Stretching Postural</b><br>18h30-19h30                   | <b>Zumba KIDS</b><br>17h45-18h45 (6/11 ans)                    |  |   |  |
|  | <b>Zumba</b><br>19h30 – 20h30                               | <b>Pilates</b><br>19h00 – 20h00<br>20h00 – 21h00               |  |   |  |
| <b>DOLO</b><br><i>Salle des Fêtes</i>  |   |  | <b>Zumba KIDS</b><br>17h30-18h30 (6/11 ans)<br><b>Zumba ADO/ADULTE</b><br>18h30-19h30 (+12 ans)<br><b>Zumba</b><br>19h45 – 20h45                                       |   |  |
| <b>NOYAL</b><br><i>Salle des Fêtes</i>   |   |  | <b>Zumba ADO</b><br>14h-15h (10/15 ans)<br><b>Strong</b><br>19h30 - 20h30  | <b>Zumba KIDS</b><br>17h-17h45 (4/6 ans)<br>17h45-18h45 (7/9 ans)<br><b>Pilates</b><br>18h45 - 19h45<br><b>Zumba</b><br>19h45 - 20h45 |  |
|  |   |  |  |   |  |
|  |   |  |  |   |  |
| <b>MORIEUX</b><br><i>Salle Ecole</i>   | <b>Strong</b><br>18h30-19h30<br><b>Zumba</b><br>19h30-20h30 |  |  |   |  |
| <b>PLANGUENOUAL</b><br><i>Salle Carré d'Ass</i>  |   |  |  | <b>Pilates</b><br>18h - 19h<br>19h15 - 20h15  |  |
| <b>PLENEE-JUGON</b><br><i>Salle multifonctions</i>   | <b>Kuduro'Fit</b><br>19h30 - 20h30                          |  |  |   |  |
| <b>PLENEUF VAL ANDRE</b><br><i>Salle du Guémadeuc</i>  | <b>Pilates</b><br>18h45 - 19h45<br>19h45 - 20h45            | <b>Pilates</b><br>18h45 - 19h45<br>19h45 - 20h45               |  |   | <b>Pilates (vendredi)</b><br>9h30 - 10h30<br>10h30 - 11h30   |
|  |   | <b>Pilates</b><br>18h30-19h30<br><b>BodyArt</b><br>19h30-20h30 |  |   |  |
| <b>PLESTAN</b><br><i>Salle Fredaine</i>  |   |  |  |   |  |
| <b>POMMERET</b><br><i>Salle de gym</i>   |   |  | <b>Zumba KIDS</b><br>15h30-16h30 (7/9 ans)<br>16h30-17h15 (4/6 ans)<br><b>Zumba ADO</b><br>17h15-18h15 (10/13 ans)<br><b>Pilates</b><br>18h30 - 19h30<br>19h30 - 20h30 |   | <b>Fit'Dance (samedi)</b><br>10h30 – 11h30<br>débutant et intermédiaire<br>11h30 - 12h30<br>confirmé |
|  |   |  |  |   |  |
|  |   |  |  |   |  |
| <b>QUESOY</b><br><i>Salle annexe omnisports<br/>sauf :<br/>Salle des fêtes : Zumba</i>       |   |  |  | <b>Zumba KIDS</b><br>17h-17h45 (4/7 ans)<br>17h45-18h45 (8/10 ans)<br><b>Zumba</b><br>19h15 - 20h15                                   | <b>Pilates (vendredi)</b><br>18h - 19h<br>19h - 20h  |
|  |   |  |  |   |  |
| <b>SAINT-JULIEN</b><br><i>Salle des Fêtes</i>  | <b>Zumba</b><br>19h30 - 20h30                               |  |  |   |  |

| Tarifs 2021 – 2022  | Nombre de cours par semaine (hors période de vacances scolaires) | Cotisation annuelle (adhésion asso incluse 15€) | Adhésion famille :<br>remise 10% hors adhésion. Possibilité de régler en plusieurs fois.<br>Chèques vacances, Coupons sport, Chèques loisirs CAF acceptés. |
|---|--|---|--|
| Zumba KIDS ou ADO   | 1 cours  | 130 €   |  |
| Zumba ou Strong ou Kuduro'Fit ou BodyArt ou Stretching Postural | 1 cours  | 155 €   |  |
|   | illimité   | 235 €   |  |
| Fit'Dance   | 1 cours  | 185 €   |  |
| Pilates   | 1 cours  | 285 €   |  |
|   | 2 cours et plus  | 410 €   |  |
| Pilates + Zumba/Strong/Kuduro'/BodyArt/Stretch pos              | 1 Pilates + illimité   | 360 €   |  |