

Association [EXPRESSIONS](#) - Tarifs et Horaires 2019-2020

(tarifs/horaires à faire confirmer par le Bureau)

Modern' Jazz, Danse

(SALLE ODETTE DAGNAS)

Tarifs / an

MODERN' JAZZ			140 € / 1H00 - 160 € / 1H30 Trimestre 75 € / 1H00
Sandrine Dupont			
Préparation Jazz (CP/CE1)	Mercredi	14H00 - 15H00	
Enfant moyen 1	Mercredi	15H00 - 16H00	
Enfant moyen 2	Mercredi	17H00 - 18H30	
Adulte	Jeudi	20H30 - 22H00	
Jazz Enfant (CE2/CM1/CM2)	Vendredi	18H00 - 19H00	
Jazz Ado - Adulte intermédiaire	Vendredi	19H00 - 20H30	
Jazz Ado - Adulte	Vendredi	20H30 - 22H00	

DANSE RYTHMIQUE pour enfants de 4 à 6 ans	Mercredi	16H00 - 17H00	140 € / 1H00
Sandrine Dupont	Vendredi	17H00 - 18H00	

DANSE CONTEMPORAINE Adeline Chanedeau / Professeur diplômé d'état	Lundi	18H30 - 19H45: Débutant	180 € / 1H15 - 300 € / 2H30 Jazz en + / an : 80 € / 1H00 - 95 € / 1H30
	Lundi	19H45 - 21H00: Moyen	

LIA, Step, ... GYM, Stretching, Hatha Yoga, Zumba, New Dance Style

(SALLE ODETTE DAGNAS - SALLE DES FETES DE LA COMBE)

			Tarifs / an
LIA, Pounds Fitness, Cardio + Step Valérie Tessandier	Mardi	19H00 - 20H00	140 € / 1H00
GYM DIVERSIFIEE Cécile Bezada	Mercredi	18H30 - 19H30	120 € / 1H00
2 activités Mardi + Mercredi soir : 190 € - Trimestre 95 € Mardi ou Mercredi soir + Lundi après-midi ou Mercredi matin : +60 € (voir modalités avec le Bureau)			
GYM DIVERSIFIEE (abdos, étirements, RM, Pilates) Valérie Tessandier - Cécile Bezada / <i>Brevet d'état</i>	Lundi Mercredi	14H30 - 15H30 10H00 - 11H00	120 € / 1H00
STRETCHING Pierre Roux	Vendredi Vendredi	11H45 - 12H30 12H30 - 13H15	75 € / 45mn
HATHA YOGA Frédérique Buisson / <i>Professeur de Yoga diplômé</i>	Jeudi Jeudi	18H00 - 19H15 19H15 - 20H30	295 € / 1H15
ZUMBA Adulte Elisabeth Roucher / <i>Instructeur Zumba certifié</i>	Lundi	18H30 - 19H30	140 € / 1H00
NEW DANCE STYLE pour enfants de 8 à 14 ans Elisabeth Roucher	Lundi	17H30 - 18H25	140 € / 0H55 Tenue "spectacle" prévoir en + : 20 à 25 €

Musculation

(GYMNASE DES BERNERIES)

			Tarifs / an
MUSCULATION Laurent Etourneau	Lundi au Mercredi Jeudi et Vendredi Jeudi et Vendredi Dimanche	17H00 - 21H00 10H00 - 12H00 17H00 - 21H00 10H00 - 13H00	130 €

Piano – Guitare

(SALLE DES FETES DE LA COMBE)

			Tarifs / trimestre
PIANO Sylvie Marias-Lannaud	Jeudi	15H30 – 20H00	Individuel: 123 € / 30 mn Semi-collectif: 117 € / 1H00

GUITARE Bastien Rotheron	Mardi Mercredi	12H00 - 19H00 13H00 - 18H30	Individuel: 120 € Semi-collectif: 93 €
------------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	---

Patinage artistique

(NAUTILIS)

HORAIRES 2019 – 2020

Pour connaître votre groupe et vos horaires, voir avec Line Bonnet

* Pépinière et Pré-compétition - PPS Préparation Physique Spécifique

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
16H00 Compétition (Fédérale et Pré-fédérale)	/	/	/	16H00 Compétition
17H00 Compétition	17H00 Débutant et Evolution / *	/	17H00 Compétition	17H00 Débutant et Evolution / *
18H00 PPS	18H00 Groupe Espoir / *	/	18H00 Compétition	18H00 Groupe Espoir / *
19H30 Pré-compétition et Compétition	19H30 Groupe Sportif	/	19H30 Compétition	19H00 Groupe Sportif et Groupe Confirmé
20H30 Pré-compétition et Compétition	20H30 Groupe Confirmé + Compétition	/	20H30 Compétition (Novices)	/

TARIFS 2019 – 2020

Licence fédérale pour les enfants de moins de dix ans licenciés pour la 1ère fois	20,06 €
Licence fédérale pour tous les autres patineurs (ainsi que les enfants de moins de 10 ans qui ont déjà été licenciés)	41,46 €
Licence fédérale compétition	66,06 €
Carte Nautilus (carte valable 3 ans, nécessaire pour entrer sur l'espace patinoire)	7,50 €

Forfait de base (une heure par semaine + une heure par semaine offerte)	230 €
<i>Frais administratifs (voir détail avec le Bureau)</i>	<i>30,00 €</i>
Cours optionnels : 1ère heure hebdomadaire supplémentaire	100 €
Cours optionnels : 2ème, 3ème heure, ... hebdomadaire supplémentaire	60 €
Option PPS (Préparation Physique Spécifique) / Expression corporelle	100 €
Tarif famille : forfait de base, troisième membre d'une même famille	200 €
Tarif famille : forfait de base, quatrième membre d'une même famille	170 €

Location de patins à la séance et par paire	1,30 €
Location de patins pour la saison	35 €

Consultez l'entraîneur si vous comptez acheter des patins

Licence fédérale : pensez à fournir un **certificat médical et deux photos d'identité**

Les chèques seront mis à l'ordre de l'association Expressions.
L'argent en espèces sera glissé dans une enveloppe comportant le nom du patineur,
l'objet du règlement et la somme versée

BONNE SAISON DE GLISSE A TOUS

FIN PDF