

Danse Moderne et Contemporaine (MC) avec FANNY				
Éveil : moyenne & grande section	Vendredi	17h00 – 17h45	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	125 €
Initiation 1 : 6 ans - à partir du CP	Vendredi	17h45 – 18h45	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	140 €
Initiation 2 : 7 ans - CE1	Lundi	17h15 - 18h15	Gde salle Marcelle Cuhe	140 €
MC1 : à partir de 8 ans (CE2/CM1/CM2)	Lundi	18h15 - 19h30	Gde salle Marcelle Cuhe	150 €
MC2 : ado	Vendredi	18h45 – 20h00	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	150 €
MC3 : adulte (à partir de 16 ans)	Lundi	19h30 - 21h00	Gde salle Marcelle Cuhe	165 €
MC4 : adulte (à partir de 16 ans)	Vendredi	20h00 - 21h30	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	165 €

Danse Classique (DC) avec CELINE				
DC1 "Préparatoire" : enfant débutant ou avec 1 an de danse, à partir du CP	Mardi	17h00 – 18h00	COSEC	140 €
DC2 "Elémentaire" : enfant avancé avec au moins 2 ans de danse classique	Mardi	18h00 – 19h15	COSEC	150 €
DC3 "Moyen" : enfant et ado confirmé	Mardi	19h15 – 20h30	COSEC	150 €
DC4 "Ados/Adultes" : adulte confirmé	Mardi	20h30 – 21h45	COSEC	150 €

ANGELIQUE				
GYM Tonic (Sénior)	Jeudi	10h30 – 11h30	Gymnase	140 €
Stretching (Adulte)	Jeudi	11h45 – 12h45	Gymnase	140 €

GABIN				
Mobilité Streching (Adulte)	Lundi	17h30 – 18h30	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	140 €
HIIT (High Intensity Interval Training) (Adulte)	Lundi	18h30 – 19h30	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	140 €
Total Body (Adulte)	Lundi	19h30 – 20h30	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	140 €
Stretching Mobilité (Adulte)	Lundi	20h30 – 21h30	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	140 €
Renforcement musculaires (Adulte)	Mercredi	18h30 - 19h30	Gde salle Marcelle Cuhe	140 €
Body Combat (Adulte)	Mercredi	19h30 - 20h30	Gde salle Marcelle Cuhe	140 €
Pilates (Adultes)	Mercredi	20h30 - 21h30	Gde salle Marcelle Cuhe	140 €

CAROLINE				
Qi-Gong (Adulte)	Lundi	15h30 – 17h00	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	170 €
Qi-Gong (Adulte)	Mardi	10h00 - 11h30	Cosec (Dojo)	170 €
Qi-Gong (Adulte)	Mercredi	18h00 - 19h30	Salle Séquoïa	170 €

NELLY				
Gym Adulte (Adulte)	Lundi	9h - 10h15	Gymnase	150 €
Equilibre et mémoire (Sénior)	Lundi	10h15 - 11h15	Gymnase	140 €
YOGA (Adulte)	Lundi	11h15 - 12h30	Gymnase	165 €
Pilates (Adulte)	Mercredi	12h45 - 13h45	Cosec	140 €
YOGA (Adulte)	Jeudi	18h30 - 19h45	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	165 €
YOGA (Adulte)	Jeudi	19h45– 21h00	Salle Séquoïa (Espace M. Cuhe)	165 €

CATHERINE				
Marche Nordique (16 sorties) (Adulte)	Dimanche	9h30 - 11h30	En extérieur	185 €

Carte Gym : 350 € adhésion nominative, réservée aux adultes, sans exclusion de cours mais priorité aux inscrits en cas de surcharge sur un cours (Le détenteur d'une carte gym pouvant choisir un autre créneau dans la semaine). Ne peut pas bénéficier de réduction familiale de 5%.

- Nous contacter : adgv.asso@gmail.com
- Adresse postale : ADGV - Mairie de Vaux sur Seine 218 rue du Général de Gaulle 78740 VAUX-SUR-SEINE
- Inscription en ligne : <https://www.helloasso.com/associations/adgv>