

INFOS ACTIVITES

L'Assemblée Générale s'est tenue le vendredi 27 septembre.
Guylaine et Valérie restent au bureau soutenues par quelques bénévoles

A cette date, 233 familles sont inscrites et représentent 301 adhérents ns.
Nous vous rappelons que les inscriptions sont possibles durant toute la saison.

Des places restent disponibles dans toutes les disciplines :
Multijeux-Zumbakids, Zumba circuits training, Capoeira, Danse en ligne, Fitness, Pilates, Réveil
Musculaire, Gym Douce, Marche Nordique

Nouveaux créneaux pour la Modern'Jazz :
Jeudi : 6/7 ans de 17h30 à 18h30, 12/17 ans 18h30 à 20h00, Adultes Débutant de 20h à 21h.
Samedi : 4/5 ans de 9h15 à 10h00, 8/9 ans de 10h00 à 11h00, 10/12 ans de 11h00 à 12h00

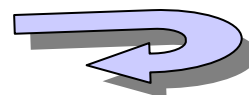
Nouveau lieu pour le Yoga du lundi de 19h à 20h15 dans la salle des Champs du Bourg.

Renforcement Musculaire : salle de musculation de la Base Nautique – 8 rue de l'Île Saint Aubin le
mercredi de 14h00 à 15h00 et le vendredi de 14h30 à 15h30

*Nous vous invitons aux « portes ouvertes » de l'ensemble des activités
du lundi 9 au samedi 21 décembre 2019
pour essayer !
(voir détail au dos)*



TOURNEZ ! TOURNEZ ! TOURNEZ !



**A ECOUFLANT (BOURG & EVENTARD)
DU LUNDI 9 AU SAMEDI 14 DECEMBRE 2019
POUR TOUS ... VENEZ ESSAYER L'ENSEMBLE DES ACTIVITÉS**

Marche Nordique
Loïc Faivre

9h15-10h30 samedi 14
Rendez-vous halte nautique
d'Ecouflant (bord de Sarthe)
« prêt de bâtons si besoin »

Zumba-Circuits Training
Ados-Adultes
Joanna Coupé

18h30-19h30 mardi 10
Salle des Champs du Bourg

Zumbakids-Multijeux 7/12 ans
Joanna Coupé

17h30-18h30 mardi 10
Salle des champs du bourg

Capoeira

Nicolas Legouais
6/12 ans

18h15-19h30 jeudi 12

Ados-Adultes
(à partir de 13 ans)

19h30-21h00 lundi 9
Salle la Grange Eventard

Modern'Jazz
Dorothee Voyer

« Invite ta copine »

jeudi 12

6/7 ans 17h30-18h30
12/13 ans 18h30-20h00
14/17 ans 18h30-20h00
Salle Casque d'Or

Adultes Débutants 20h00-21h15
Salle la Grange Eventard

samedi 14

4/5 ans 9h15-10h00
8/9 ans 10h00-11h00

10/12 ans 11h00-12h00
Salle Casque d'Or

Danse en ligne
Nadine Nain

18h30-19h30 mardi 10
Salle la Grange Eventard

17h30-18h30 vendredi 13
Salle Casque d'Or

Réveil Musculaire
Charly Desbouillons

9h45-10h45 mardi 10
Salle des Champs du Bourg

Renforcement Musculaire
Charly Desbouillons

14h00-15h00 mercredi 11
14h30-15h30 vendredi 13
Salle de muscu de la Base Nautique
8 rue de l'Île Saint Aubin Ecouflant

Pilates

Mickaël Beucher
11h00-12h00 vendredi 13
Salle Casque d'Or

Joanna Coupé
11h00-12h00 lundi 9
Salle Casque d'Or

Gymnastique Douce

Mickaël Beucher
11h00-12h00 lundi 9
Salle Festive Eventard

Charly Desbouillons
10h45-11h45 mardi 10
Salle des Champs du Bourg
16h30-17h30 jeudi 13
Salle Festive Eventard

Yoga

Ados-Adultes
Sophie Charmet

17h20-18h35 lundi 9
Salle Casque d'Or

19h00-20h15 lundi 9
10h00-11h15 jeudi 12
Salle des Champs du
Bourg

Fitness

Ados-Adultes
Mickaël Beucher

10h00-11h00 lundi 9
Salle Festive Eventard
20h30 à 21h30 mardi 10
19h00 à 20h00 jeudi 12
Salle des Champs du Bourg