



REPRISE DES COURS LE 17 SEPTEMBRE 2007

Danse orientale

Avec
CATHIA

☎ : 06 83 50 82 22

✉ : 36 Mail MENDES France 95490 Vauréal

@ : top.form@hotmail.fr

🌐 : <http://www.topform-vaureal.fr/>

TARIFS :

Cours
Ados

Avec **BEE D**
Champion de France et
d'Europe de
HIP HOP / BREAK DANCE

TOUS COURS FITNESS	
DANSE ORIENTALE	123 €
DANSE AFRICAINE	
ROCK/SALSA/TANGO ARGENTIN	1 personne = 123 € 1 couple = 216 €
HIP HOP ADOS 10 ans à	108 €
EVEIL ET GYM 2 à 6 ans	102 €
----- PACKS -----	
MODERN'JAZZ + FITNESS	123 €
DANSE AFRICAINE + FITNESS	
DANSE ORIENTALE + FITNESS	186 €
HIP HOP + FITNESS	
ROCK/SALSA/TANGO ARGENTIN + FITNESS	1 personne = 186 € 1 couple = 300 €
DANSE DE SALON + FITNESS	1 personne = 189 € 1 couple = 303 €
3 ^{ème} activité en pack	+ 63 €

COURS FITNESS ADULTES à partir de 16 ans (**amener son tapis de gym)

Les horaires, les lieux et le contenu des cours peuvent être sujets à modification.

LUNDI	9h00 à 10h00	STEP (step non fourni)	Complexe M. PAUL	Salle Polyvalente
	20h30 à 21h15	STEP (step non fourni)	Gymnase LA BUSSIE	Salle 5
	21h15 à 22h00	GYM DOUCE**		
MARDI	9h00 à 10h00	GYM TONIQUE**	Complexe M. PAUL	Salle rouge
	19h30 à 20h30	ABDOS / FESSIERS /STRETCHING**	Gymnase LA BUSSIE	Salle 5
	20h30 à 21h30	L.I.A.		
MERCREDI	19h30 à 20h00	GYM TONIQUE	Gymnase LA BUSSIE	Salle des Arts Martiaux
	20h00 à 20h30	ABDOS / FESSIERS		
	20h30 à 21h00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		
	21h00 à 21h30	STRETCHING		
JEUDI	9h00 à 10h00	L.I.A.	Complexe M. PAUL	Salle Polyvalente
	10h00 à 11h00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE**		Salle rouge
VENDREDI	19h45 à 20h45	GYM TONIQUE	Gymnase LA BUSSIE	Salle des Arts Martiaux
	20h45 à 21h45	ABDOS / FESSIERS /STRETCHING		
SAMEDI	9h00 à 10h00	GYM TONIQUE	Gymnase des TOUPETS	Salle des Arts Martiaux

COURS DANSE ADULTES à partir de 16 ans (cours limités en nombre)

LUNDI	1h30 de cours entre 19h30 et 22h30	DANSE DE SALON	(niveau 1)	AGORA	Salle polyvalente
			(niveau 2)		
			(niveau 3)		
MERCREDI	18h30 à 19h30	HIP HOP / BREAK DANCE		Gymnase des TOUPETS	Salle polyvalente
	20h30 à 21h30	ROCK/SALSA/TANGO ARGENTIN	(niveau 1)	Gymnase LA BUSSIE	Salle de danse
	21h30 à 22h30	ROCK/SALSA/TANGO ARGENTIN	(niveau 2)		
	20h30 à 22h00	MODERN'JAZZ	(niveau 1)	Ecole des GROUES	Dojo
JEUDI	20h30 à 22h00	DANSE AFRICAINE		Ecole des GROUES	Hall
VENDREDI	20h30 à 21h30	DANSE ORIENTALE	(niveau 1)	Gymnase LA BUSSIE	Salle de danse
	21h30 à 22h30		(niveau 2)		
	20h30 à 22h00	MODERN'JAZZ	(niveau 2)	Ecole des GROUES	Dojo

COURS ENFANTS 2 à 6 ANS (cours limités en nombre)

MERCREDI	9h30 à 10h25	2 ans	EVEIL CORPOREL	Complexe M. PAUL	Petite salle
	10h30 à 11h25	3 à 4 ans			Salle des Arts Martiaux
	11h30 à 12h25	5 à 6 ans			

COURS ADOLESCENTS à partir de 10 ANS (cours limités en nombre)

MERCREDI	16h30 à 17h30	10 à 12 ans	HIP HOP / BREAK DANCE	Gymnase des TOUPETS	Salle Polyvalente
	17h30 à 18h30	13 à 15 ans			
	18h30 à 19h30	A partir de 16 ans			

Inscriptions le 8 septembre 2007 au salon des associations : Gymnase des TOUPETS à partir de 10 heures.

Vous pourrez aussi retirer des dossiers pendant les cours ou par mail

Inscription possible en cours d'année.

E-mail : inscrivez-vous sur top.form@hotmail.fr pour :

- envoi d'un dossier d'inscription
- renseignements
- envoi d'un plan de situation des différents gymnases
- nouvelles de l'association
- lieux et horaires : de stages de danse, sorties, gala.....
- changement d'horaire ou de lieu d'un cours....

Nombreux stages cette année :

Country



Bollywood



Fitness

