



SAISON SPORTIVE 2024/2025

version **JUILLET 2024**, sous réserve de modifications

Reprise des cours le LUNDI 9 SEPTEMBRE 2024



Vous pouvez également retrouver toutes les informations relatives aux inscriptions sur notre site : www.vigilantenoisy-gym.com

Pour tous les cours, la cotisation annuelle comprend l'adhésion au club, la licence FFGym, l'assurance et la part régionale

ACTIVITÉS	JOURS ET HORAIRES DES COURS	Montant de la cotisation																																																
BABY GYM (de 15 mois à 5 ans) B1 (30 min) - B2 (45 min) B3, B4, B5 (55 min)	B1 (né(e)s entre 01/2023 et 06/2023) : samedi 9h00 – avec 1 accompagnant adulte B2 (né(e)s en 2022) : mercredi 10h00 ou samedi 9h45 ou samedi 10h30 – avec 1 accompagnant adulte B3 (né(e)s en 2021) : mercredi 11h00 ou samedi 11h30 B4 (né(e)s en 2020) : mercredi 14h30 ou jeudi 17h00 ou samedi 9h00 B5 (né(e)s en 2019) : lundi 17h00 ou mercredi 13h30 ou samedi 10h00	240 € 2 ^{ème} enfant = 210 €* 3 ^{ème} enfant = 200 €*																																																
YOGA POUR ENFANTS	BABY- YOGA (né(e)s en 2019/2020) : vendredi 17h00-17h45 YOGA POUR ENFANTS (né(e)s en 2017/2018) : vendredi 18h00-18h45																																																	
GYM LOISIR GAF	Pour les filles nées entre 2011 et 2018 lundi : 17h00-18h15 (filles nées en 2012, 2013 et 2014) mardi : 17h00-18h15 (nées en 2017, 2018) ou mercredi : 10h45-12h00 (nées en 2017, 2018) mercredi : 13h30-14h45 (filles nées en 2014 et 2015) mercredi : 14h45-16h00 (filles nées en 2011, 2012 et 2013) jeudi : 17h00-18h15 (nées en 2015, 2016) ou vendredi : 16h45-18h00 (nées en 2015, 2016)	270 € 2 ^{ème} enfant = 240 €* 3 ^{ème} enfant = 230 €*																																																
GYM LOISIR GAM	Pour les garçons nés entre 2014 et 2018 lundi : 17h00-18h15 ou jeudi : 17h00-18h15																																																	
ZUMBA KIDS	Pour les garçons et les filles né(e)s en 2014, 2015, 2016 et 2017 Lundi : 17h00-17h45	200 € (tarif unique)**																																																
PARKOUR	Pour les garçons et les filles né(e)s entre 2007 et 2014 1 ou 2 cours : lundi 20h00-21h30 ET / OU mercredi 20h00-21h30	230 € (1 séance) 2 ^{ème} enfant = 200 €* 3 ^{ème} enfant = 190 €* 315 € (2 séances) 2 ^{ème} enfant = 285 €* 3 ^{ème} enfant = 275 €*																																																
Autres groupes COMPÉTITION	du lundi au samedi, horaires variables suivant les groupes ⚠ Inscription dans ce groupe uniquement sur proposition des entraîneurs	405 € 2 ^{ème} enfant = 375 €* 3 ^{ème} enfant = 365 €*																																																
FITNESS* (mixte, 14 ans et plus né(e)s en 2010 et avant)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Lundi</th> <th>Mardi</th> <th>Mercredi</th> <th>Jeudi</th> <th>Vendredi</th> <th>Samedi</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>9h00-9h45 </td> <td></td> <td>9h00-9h45 </td> <td></td> <td>9h05-9h50 GLOBAL FITNESS TRAINING</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>10h05-10h50 ZUMBA®</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>11h05-11h50 GLOBAL FITNESS TRAINING</td> </tr> <tr> <td>17h00-17h45 ZUMBA KIDS (né(e) en 2014, 2015, 2016 et 2017) Tarif unique : 200 €</td> <td></td> <td></td> <td>18h20-19h05 PILATES DÉBUTANT (12 places maxi)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>19h15-20h00 HIIT</td> <td></td> <td>19h15-20h00 STEP</td> <td>19h00-19h45 HIIT</td> <td></td> </tr> <tr> <td>20h05-20h50 ZUMBA®</td> <td>20h05-20h50 STRETCHING RELAXATION</td> <td>20h30-21h15 Form+</td> <td>20h05-20h50 CUISSES-ABDOS FESSIERS</td> <td>20h45-21h30 CIRCUIT TRAINING* (15 places maxi)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>21h00-21h45 CUISSES-ABDOS FESSIERS</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi		9h00-9h45 		9h00-9h45 		9h05-9h50 GLOBAL FITNESS TRAINING						10h05-10h50 ZUMBA®						11h05-11h50 GLOBAL FITNESS TRAINING	17h00-17h45 ZUMBA KIDS (né(e) en 2014, 2015, 2016 et 2017) Tarif unique : 200 €			18h20-19h05 PILATES DÉBUTANT (12 places maxi)				19h15-20h00 HIIT		19h15-20h00 STEP	19h00-19h45 HIIT		20h05-20h50 ZUMBA®	20h05-20h50 STRETCHING RELAXATION	20h30-21h15 Form+	20h05-20h50 CUISSES-ABDOS FESSIERS	20h45-21h30 CIRCUIT TRAINING* (15 places maxi)		21h00-21h45 CUISSES-ABDOS FESSIERS						<p>le choix du/des cours (5 maximum) doit se faire au moment de l'inscription</p> <p>1 cours : 170 € 2 cours : 200 € 3 cours : 220 € 4 cours : 240 € 5 cours : 260 €</p>
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi																																													
	9h00-9h45 		9h00-9h45 		9h05-9h50 GLOBAL FITNESS TRAINING																																													
					10h05-10h50 ZUMBA®																																													
					11h05-11h50 GLOBAL FITNESS TRAINING																																													
17h00-17h45 ZUMBA KIDS (né(e) en 2014, 2015, 2016 et 2017) Tarif unique : 200 €			18h20-19h05 PILATES DÉBUTANT (12 places maxi)																																															
	19h15-20h00 HIIT		19h15-20h00 STEP	19h00-19h45 HIIT																																														
20h05-20h50 ZUMBA®	20h05-20h50 STRETCHING RELAXATION	20h30-21h15 Form+	20h05-20h50 CUISSES-ABDOS FESSIERS	20h45-21h30 CIRCUIT TRAINING* (15 places maxi)																																														
21h00-21h45 CUISSES-ABDOS FESSIERS																																																		
	Pour des raisons évidentes de sécurité, le nombre de places pour chaque cours est limité																																																	

*N.B. : Le tarif dégressif s'applique aux moins de 18 ans (né(e)s en 2007 et après) hors FITNESS et ZUMBA KIDS

**Le tarif unique signifie qu'il n'y a pas de réduction pour un 2^e enfant inscrit dans un autre groupe

AUCUN REMBOURSEMENT NE SERA EFFECTUÉ QUELLE QU'EN SOIT LA RAISON

