

| <i>Discipline</i>   | <i>Horaire</i>                                      | <i>Lieu</i>                                          |
|---------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <b>« Mini Gym »</b> | Non organisé faute de moniteur                      | Institut Ste-Julie<br>3-5 ans                        |
| <i>Cotisation</i>   | 1 cours semaine                                     | 80 €/an                                              |
| <b>Gym Sportive</b> | Mardi<br><br>17 h 15 à 18 h 15<br>18 h 15 à 19 h 15 | Institut Ste-Julie<br><br>6-7 ans<br>8-9 ans         |
|                     | Lundi<br><br>17 h 15 à 18 h 45<br>18 h 45 à 20 h 15 | Institut Ste-Julie<br><br>9-13 ans<br>13 ans et plus |
| <i>Cotisation</i>   | 1 cours semaine                                     | 80 €/an                                              |
| <b>Cardio-Fit</b>   | Jeudi<br><br>19 h 00 à 20 h 00                      | IND Primaire<br><br>Adultes                          |
| <i>Cotisation</i>   | 1 cours semaine                                     | 90 €/an                                              |
| <b>Gym du dos</b>   | Jeudi<br><br>17 h 30 à 18 h 30                      | Institut Ste-Julie                                   |
| <i>Cotisation</i>   | 1 cours semaine                                     | 90 €/an                                              |
| <b>Gym Seniors</b>  | Jeudi<br><br>16 h 30 à 17 h 30                      | Institut Ste-Julie<br><br>+ 50 ans                   |
| <i>Cotisation</i>   | 1 cours semaine                                     | 90 €/an                                              |

| <i>Discipline</i>           | <i>Horaire</i>                                                           | <i>Lieu</i>                                                            |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>Yoga (Hatha)</b>         | Lundi<br><br>17 h 00 à 18 h 00<br>18 h 00 à 19 h 00<br>19 h 00 à 20 h 00 | CCS<br>A partir de 16 ans<br>Se munir d'un tapis ou d'une couverture   |
|                             | Mercredi<br><br>9 h 00 à 10 h 00<br>10 h 00 à 11 h 00                    |                                                                        |
| <i>Cotisation</i>           | 1 cours semaine                                                          | 90 €/an                                                                |
| <b>Volley-ball loisirs</b>  | Lundi<br><br>18 h 30 à 20 h 00                                           | CCS<br>Adultes + de 17 ans                                             |
| <i>Cotisation</i>           | 1 cours semaine                                                          | 110 €/an                                                               |
| <b>Etirement-Relaxation</b> | Jeudi<br><br>17 h 00 à 18 h 00                                           | IND Primaire<br><br>Adultes<br>Se munir d'un tapis ou d'une couverture |
| <i>Cotisation</i>           | 1 cours semaine                                                          | 90 €/an                                                                |
| <b>« Bouge ton corps »</b>  | Jeudi<br><br>18 h 00 19 h 00                                             | IND Primaire<br><br>Adultes                                            |
| <i>Cotisation</i>           | 1 cours semaine                                                          | 90 €/an                                                                |
| <b>Tai-Ji-Quan</b>          | Mardi<br><br>9 h 30 à 10 h 30<br>10 h 30 à 11 h 30<br>11 h 30 à 12 h 30  | CCS                                                                    |
| <i>Cotisation</i>           | 1 cours semaine                                                          | 90 €/an                                                                |

## Divers

*Le but de notre association est de promouvoir le sport à faible coût.*

Pas de préinscription.

Assurance : une fiche d'inscription est distribuée lors du premier cours. La rendre **signée** au moniteur **en même temps que le paiement** en y indiquant votre nom de jeune fille. Le prix de l'assurance est toujours inclus dans la cotisation.

Le **tapis « personnel »** est vivement recommandé pour certains cours. Veuillez **consulter régulièrement** le site pour connaître les dispositions particulières de certains cours en fonction de circonstances exceptionnelles. Des réductions sont accordées en fonction du nombre de cours.

Le comité

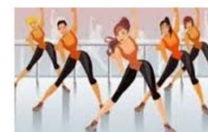
**Les cours se donnant au CCS reprennent la semaine du 8 septembre sauf le Yoga (14/09) et le Taichi (14/09)**

## Volley Club Marche

Le VC Marche vous offre différentes possibilités dans la pratique du Volley-ball. Tous nos entraînements et nos compétitions se déroulent au CCS dans le hall omnisports au revêtement particulièrement adapté à la pratique de ce sport. Cotisation trimestrielle ou annuelle correspondant à l'inscription à l'AIF (assurance, compétitions et entraînements inclus).

Renseignements : [vbcformarch@gmail.com](mailto:vbcformarch@gmail.com)

# GYMNASTES DE ST-GEORGES



MARCHE-EN-FAMENNE

**Annoncent la reprise de leurs activités à partir du 31 Août 2026 sauf certaines activités (Veuillez consulter le site par activité)**

Première semaine de septembre gratuite

*Paiement de la cotisation* : en espèces le 2<sup>e</sup> cours

*Réductions spéciales* et familiales pour multi participations

*Conditions spéciales* pour cas particuliers

**Pour tous renseignements :**

<http://gym SAINT-GEORGES.marche.be/>

Contact : C. Lowis, rue Dupont, 8 6900 Marche

Téléphone : **084/31.18.49**