

# ENFANTS À PARTIR DE 4 ANS ADOLESCENTS ET ADULTES

## SAISON 2025/2026



4/6 ANS

*Eveil*

MERCREDI  
14H30/15H30  
TARIF : 135 €\*

7/10 ANS

*Initiation*

MERCREDI  
15H30/17H  
TARIF 150 €\*

ADOS ET  
ADULTES

MORDERN JAZZ  
MERCREDI 18H45-20H  
TARIF : 135 €\*

+ DE 11 ANS

*Confirmé*

MERCREDI  
17H/18H45  
TARIF : 150 €\*

Les horaires indiqués sont susceptibles  
d'être modifiés en fonction du nombre d'inscrits

## COURS DE DANSE ET GYMNASTIQUE

### LE FOSSAT

AVEC MARZENA DUMELIE, PROFESSEUR DE DANSE

Les adhérents devront arriver en tenue adaptée, une paire de chaussures spécifique sera apportée dans un sac pour un usage dans la salle.



## INSCRIPTIONS ET PREMIER COURS D'ESSAI GRATUIT

LE MERCREDI 17 SEPTEMBRE À LA SALLE POLYVALENTE

Pour tout renseignement, contacter l'association gymnastique du Fossat :

- esfgym09124@laposte.net
- Jocelyne Piot, 07 51 60 03 74
- Karine Scotti, 06 64 78 51 55



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
SPORTS POUR TOUS

\* montant annuel pour la saison

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

LE MARDI 09/09 À 20H À LA SALLE MULTIMÉDIA DU FOSSAT

SAISON 2025/2026  
1<sup>ER</sup> COURS LE 11/09/25



## GYMNASTIQUE DOUCE

ÉQUILIBRE, MÉMOIRE

LUNDI : 9H / 10H30

JEUDI : 9H / 10H30

ADAPTÉE À LA PERSONNE

JEUDI : 13H30 / 15H

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

ABDOS/FESSIERS, CARDIO,  
STRETCHING, PILATES

MARDI : 20H/21H30



## LE FOSSAT - SALLE POLYVALENTE

AVEC BRAHIM OUAZA, ANIMATEUR SPORTIF

Les adhérents devront arriver en tenue adaptée, une paire de chaussures spécifique sera apportée dans un sac pour un usage dans la salle.

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

LE MARDI 09/09 À 20H À LA SALLE MULTIMÉDIA DU FOSSAT

### Cotisation annuelle

- 1 activité de 1heure30 : 135€
- 1 activité supplémentaire : 75€
- 1<sup>ère</sup> séance gratuite
- 1 activité avec licence « sports pour tous » dans un autre club : 110 €

**Pour tout renseignement, contactez l'association gymnastique du Fossat :**

- esfgym09124@laposte.net
- Jocelyne Piot, 07 51 60 03 74
- Karine Scotti, 06 64 78 51 55

