

LOISIRS DÉTENTE



LOISIRS DÉTENTE

	JOURS	HORAIRES	DÉTAILS	SALLES
GYM	Lundi	18h45 à 19h45 19h45 à 20h45	Body sculpt Pilates	Salle 2
	Mardi	09h30 à 10h30 10h30 à 11h30 18h30 à 19h30 19h30 à 20h30	Renfo Pilates Cross training Body Sculpt	Salle 1
	Mercredi	17h30 à 18h30 18h30 à 19h30	Pilates Total Body Conditioning Body Sculpt	Salle 2
DANSE	Mardi	17h30 à 18h45 18h45 à 20h15	Contemporain 2 (9-12 ans) Contemporain Adultes	Salle 1
	Mercredi	10h30 à 11h30 11h30 à 12h30 15h15 à 16h15	Eveil Initiation (4-6 ans) Contemporain 1 (7-9 ans) Classique enfants 8-12 ans	
		16h15 à 17h30 17h45 à 19h00 19h00 à 20h00	Contemporain 3 (12-14 ans) Contemporain 4 (+ de 14 ans) Barre au sol tous niveaux	
		Jeudi	17h30 à 18h45 18h45 à 20h15	
TAÏ-CHI	Jeudi	18h00 à 19h00		Salle 2
	Jeudi	19h00 à 20h00		
	Jeudi	20h00 à 21h00		
YOGA	Lundi	18h00 à 19h15		Salle 1
SOPHROLOGIE	Jeudi	10h00 à 11h30	RDV Lac	Portail vert



	JOURS	HORAIRES	SALLES
Solo Swing 1	Lundi	19h15 - 20h15	Salle du Nes
Salsa 2	Lundi	20h15 - 21h15	Salle du Nes
West-coast swing 2 Rock 2 Rock 3	Lundi	19h30 à 20h30 20h30 à 21h30 21h30 à 22h30	Salle 1
Solo Swing 2/3	Mardi	19h00 - 20h00	Salle du Nes
Solo Salsa	Mardi	20h00 - 20h30	Salle du Nes
Salsa 3	Mardi	20h30 - 21h30	Salle du Nes
Chorégraphie Salsa	Mardi	21h30 - 22h00	Salle du Nes
West-coast swing 1	Mercredi	19h00 - 20h00	Salle du Chai
West-coast swing 3	Mercredi	20h00 - 21h00	Salle du Chai
Rock 1	Mercredi	21h00 à 22h00	Salle du Chai
Modélisme	Mardi	17h00 à 19h00	Salle 3
	Mercredi	14h00 à 16h00	Salle 2
Marche	Vendredi	9h00 à 11h30	Nature
Couture	Jeudi	14h00 à 18h00	Salle 2
Jeux de société	Jeudi	14h00 à 17h30	Salle 1
Peinture sur soie	Lundi	14h00 à 18h00	Salle 1
Tennis de table	Lundi	17h00 à 18h45	Salle 2
	Vendredi	17h00 à 20h00	
Poterie	Mardi	14h30 - 17h00	Salle 1
	Vendredi	14h00 - 16h00	

*Ouverture des cours en fonction du nombre d'inscrits - Sous réserve de modifications

RENSEIGNEMENTS

Danse	: 07 83 91 80 06	Thaï Chi	: 06 19 92 12 74
Gym	: 06 22 02 38 48	Yoga	: 07 59 59 46 40
Salsa/Bachata/ Rock	: 06 73 51 56 96	Sophro	: 06 10 68 89 89
Couture	: 06 78 31 88 45	Bureau	: 06 76 04 59 51 06 61 73 60 53

Web : fougau.fr

ADHÉSION FAMILLE
AU FOYER 20 € L'ANNÉE

