QUAND ?	OU ?	8h30 9h	9h 9h30	9h30 10h	10h 10h30	10h30 11h	11h 11h30	11h30 12h	14h 14h30	14h30 15h	15h 15h30	15h30 16h	16h 16h30	16h30 17h	17h 17h30	17h30 18h	18h 18h30	18h30 19h	19h 19h30	19h30 20h	20h 20h30	20h30 21h	21h 22h
LUNDI	Salle des fêtes		GYM DOUCE (avec Odile)						ART PICTURAL LIBRE (avec Monique)										GYM FITNESS (avec Odile)		STRECHING (avec Odile)		
																		AQUARELLE (avec Jean Pierre)					
	Passerelles de la Dombes																		HATHA YOGA (avec Virginie)		HATHA YOGA de 20h15 à 21h15 (avec Virginie)		
MARDI	Salle des fêtes		PILATES (avec Christine)		YOGA ASHTANGA (avec Christine)															ATELIER COUTURE ADULTES (avec Carol-Anne)			
	Passerelles de la Dombes																	STEPS de 18h45 à 19h45 (avec Alexis)					
MERCREDI	Salle des fêtes										DANSE 8/11ans (avec Kassandra)		DANSE 4/7ans (avec Kassandra)		DANSE 12/15ans (avec Kassandra)		MODERN JAZZ (avec Kassandra)		ZUMBA (avec Kassandra)		DANSE ADULTES (avec Odile)		
													ATELIER COUTURE ENFANTS (avec Carol-Anne)										
											POTERIE ENFANTS (avec Geneviève)				POTERIE ADULTES Groupe 1 (avec Geneviève)				POTERIE ADULTES Groupe 2 (avec Geneviève)				
										MARCHE NORDIQUE 1 semaine sur 2 (avec Christine)							DESSIN ENFANTS / ADOS (avec Gérard)					
	Passerelles de la Dombes															PILATES (avec Nicolas)		FULL BODY (avec Nicolas)		PILATES (avec Nicolas)			
JEUDI	Salle des fêtes								LES JOYEUX TAMALOUS (avec France)								THEATRE ENFANTS (avec Anthony)		THEATRE ADOS (avec Fabrice)		THEATRE ADULTES (avec Fabrice)		
																		ATELIER D'ECRITURE 1 semaine sur 2 (avec Pascaline). Premier atelier le 29/09					

SPORT ET CULTURE

Saison 2022 – 2023

Les cours reprendront le lundi 12 septembre 2022.

L'inscription se fera par ordre d'arrivée du dossier complet (fiche d'inscription + 3 chèques de 45 € + 1 chèque de 15 € pour l'adhésion à l'association), à déposer dans la boîte aux lettres dédiée à l'association (située vers la fresque de l'école).

Vous pourrez également venir vous inscrire au forum des Associations qui aura lieu le samedi 3 septembre 2022 de 9h à 12h dans la cour de l'école Tramoyes.

Pour les activités sportives, vous munir d'un Certificat Médical ou, à défaut, vous signerez une décharge lors de l'inscription.
Au vu du contexte sanitaire, serviette et tapis individuels obligatoires.

Les cours seront assurés en fonction du nombre d'inscrits, et dans la limite imposée par le lieu d'accueil.

Si vous n'avez pas d'adresse mail, apporter 4 enveloppes affranchies et libellées à vos nom et adresse.

Notre adresse : 59 rue du marquis de Sallmard 01390 TRAMOYES
Notre adresse mail : Sportculturetramoyes@gmail.com
Rejoignez nous sur Facebook : Sport et Culture de Tramoyes

Notre Assemblée Générale aura lieu le mardi 18 octobre à 20h aux Passerelles de la Dombes à Tramoyes.

TARIF UNIQUE

POUR CHAQUE ACTIVITE PRATIQUÉE : 135 euros

Adhésion obligatoire pour chaque adhérent à l'Association Sport et Culture : 15 €

Règlement en 3 fois (soit 45 € par trimestre)

Les chèques vacances sont acceptés sauf pour l'adhésion. Ils doivent être remplis (nom et adresse)

IPNS – Ne pas jeter sur la voie publique
Association Sport et Culture Loi 1901, N° d'agrément : 2 087 98