



Gymnastique



Stretching

Jour	Horaire	Professeur	Responsable salle
Centre sportif Buffault - 26 rue Buffault 75009 Paris - 6ème étage			
Lundi	09h00 - 10h00 10h00 - 11h00	Daisy	Sophie / mahesophie@hotmail.fr
	17h30 - 18h30	Danielle	Pascale 01 45 26 67 61 gp.magnin@free.fr
	18h30 - 19h30		
Mardi	09h15 - 10h15	Maxime	Françoise / fg.tavenard@noos.fr
	10h15 - 11h15	Maxime (Gym. douce)	
Jeudi	09h00 - 10h00	Sarah	Sophie / mahesophie@hotmail.fr
	10h00 - 11h00	Sarah	
Vendredi	14h00 - 15h00	Lucie	Marie-Claire / tallet.claire@gmail.com
Samedi	09h15 - 10h15	Florence	Annie / anniedarmon93@gmail.com
STRETCHING			
Mardi	11h15 - 12h15	Maxime	Marie-Claire / tallet.claire@gmail.com
Centre d'Animation Nouvelle Athènes - 14-18 rue de la Tour des Dames 75009 Paris			
Jeudi	19h00-19h45	Lucie	Pascale 01 45 26 67 61 gp.magnin@free.fr
STRETCHING			
Jeudi	19h45-20h30	Lucie	Pascale 01 45 26 67 61 gp.magnin@free.fr
Gymnase Jean Dame - 21 rue Léopold Bellan 75002 Paris			
Lundi	09h30 - 11h00	Sélène	Christine 06 61 18 58 85 adsf.c.lelage@gmail.com
Mardi	12h15 - 13h15	Danielle	Véronique / veronique.pajor@gmail.com
Espace 16** - 16 rue Roger Bacon 75017 Paris			
Mardi	09h00 - 10h00	Danielle (tonique)	Monique 06 07 69 54 85 / monica.scheer@yahoo.fr Sylvie / sylvie.kuhn@live.fr
	10h00 - 11h00		
STRETCHING			
Vendredi	09h00 - 10h00 10h00 - 11h00	Maxime (stretching)	Monique 06 07 69 54 85 / monica.scheer@yahoo.fr Sylvie / sylvie.kuhn@live.fr
Gymnase Masseran - 6 rue Masseran 75007 Paris			
Lundi	12h00 - 13h30	Daisy	Dominique 01 42 73 36 57 Monique 01 42 73 27 26 / jpm.devaux@wanadoo.fr
Mardi	12h30 - 13h30		
Mercredi	8h30 - 10h00		
Jeudi	12h30 - 13h30		



Gymnastique



Stretching

TARIFS

Gymnastique	210 €
<i>Tarif pour 2 cours par semaine d'une heure *</i>	
Adhésion nouvel adhérent	35 €
Réduction pour les moins de 25 ans	- 20 %

(**) Cotisation supplémentaire de 30€ pour l'Espace 16.

*Pour un 3ème cours, par semaine, il vous sera demandé 60€ supplémentaires.

Les inscriptions se feront aux permanences la semaine du 6 septembre précédant la rentrée le 13 septembre 2021.
(horaires et modalités d'inscription sur le site adsf-paris.fr)

A FOURNIR OBLIGATOIREMENT

- la fiche d'inscription / réinscription remplie et signée recto verso
 - 1 photo d'identité (ou votre carte d'adhérent)
 - Votre adresse mail
- 1 seul chèque à l'ordre de l'ADSF (adhésion et cotisation)

IMPORTANT

- Aucune inscription ne sera acceptée sans dossier complet.
- Votre carte d'adhérent devra être posée près de votre tapis à chaque cours.
 - Pour le bon déroulement des cours, merci d'arriver à l'heure, et d'éteindre vos téléphones portables.
- Compte-tenu de la modicité de nos cotisations, les cours insuffisamment fréquentés pourront être supprimés.
- Nous dégageons notre responsabilité quant aux vols qui pourraient se produire pendant les cours.

Pour en savoir plus sur nos cours et nos professeurs : www.adsf-paris.fr