



## PLANNINGS AEROBIC : EVEIL – LOISIR

(sous réserve de modifications)

### TENUE VESTIMENTAIRE

**RAPPEL** : La présence des parents dans les salles d'entraînement n'est pas autorisée sauf les 5 premières minutes et les 5 dernières minutes de l'entraînement (*SAUF pour le cours Mini BABY GYM*).

Site Internet : [www.aerobicvitaclub.fr](http://www.aerobicvitaclub.fr)

### EVEIL

GROUPES	JOURS	HORAIRES	LIEUX / GYMNASSES
<b>MINI BABY GYM</b> 18 mois minimum au 1 <sup>er</sup> sept à 24 mois <i>Présence obligatoire d'1 parent</i>	Samedi	9h00-9h30 (0h30)	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>BABY GYM</b> 25 <sup>ème</sup> mois au 1 <sup>er</sup> septembre à 3 ans (enfant né en 2019)	Samedi	9h30-10h15 (0h45)	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>BABY GYM 2017-2018 (4-5 ans)</b>	Samedi	10h15-11h00 (0h45)	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>BABY GYM 2017-2018 (4-5 ans)</b>	Samedi	11h00-11h45 (0h45)	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>LOISIR GYM / AERO 2015-2016 (6-7 ans)</b>	Samedi	10h00-11h00 (1h00)	Laura Flessel / Salle de boxe

### LOISIR

GROUPES	JOURS	HORAIRES	LIEUX
<b>LOISIR GYM / AERO 2015-2016 (6-7 ans)</b>	Samedi	10h00-11h00 (1h00)	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>LOISIR 2013-2015 (7-9 ans)</b>	Mercredi	17h00-18h30 (1h30)	Michel Jazy / Grande salle
<b>LOISIR 2013-2014 (8-9 ans)</b>	Samedi	10h00-11h30 (1h30)	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>LOISIR 2008-2012 (10-14 ans)</b>	Mercredi	17h00-19h00 (2h00)	Michel Jazy / Grande salle
<b>LOISIR 10-14 ans</b>	<i>Samedi</i>	<i>11h00-13h00 - En attente</i>	Laura Flessel / Salle de boxe
<b>ADOS/ADULTES à partir de 15 ans</b>	<i>Mercredi</i>	<i>19h30-21h30 (En attente)</i>	Michel Jazy / Grande salle
<b>ADOS/ADULTES à partir de 15 ans</b>	Jeudi	19h00 ou 19h30 - 21h00 ou 21h30 (2h00)	Michel Jazy / Salle de volley ou de gym

### TENUE VESTIMENTAIRE

- Les gymnastes devront s'entraîner avec une tenue adaptée à la pratique de la gymnastique : **legging ou short, et tee-shirt ou débardeur.**
- Une paire de chaussures de sport peut-être nécessaire : voir les entraîneurs.
- Les cheveux doivent être attachés et les chewing-gums sont interdits.
- Par sécurité, le port des bijoux est fortement déconseillé pendant les cours.
- Aérobic Vita Club décline toute responsabilité en cas de vol. Il est donc conseillé aux adhérents de venir sans objet ou vêtement de valeur.

### LIEUX D'ENTRAINEMENT à Bussy-Saint-Georges :

- Gymnase Michel Jazy : rue du cimetière
- Gymnase Laura Flessel : 15 boulevard des Cents Arpents