



Site Internet :
www.aerobicvitaclub.fr

PLANNINGS AEROBIC 2021-2022: EVEIL – LOISIR

(sous réserve de modifications)

TENUE VESTIMENTAIRE

RAPPELS :

- La présence des parents dans les salles d'entraînement n'est pas autorisée sauf pour le cours Mini BABY GYM.
- L'accès aux structures sportives et la pratique du sport sont soumis à la présentation d'un pass sanitaire pour les majeurs.
- A partir du 30 septembre, il deviendra obligatoire pour les enfants de 12 ans et +.

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

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

NOUVEAUX COURS

FITNESS ENFANTS	Mardi	17h30-19h00 (En fonction du nombre d'inscrits)	Michel Jazy / Salle de volley ou de gym
FITNESS ADOS ADULTES (à partir de 15 ans et plus)	Mardi	19h00-20h30 (En fonction du nombre d'inscrits)	Michel Jazy / Salle de volley ou de gym
FREESTYLE GYM - ACRO AERO DANSE	Mercredi	18h00-19h30 (En fonction du nombre d'inscrits)	Michel Jazy / Grande salle ou salle 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