

BASKET-BALL

ENTRAINEMENTS

BABY Né(e)s en	2005 et -	Mercredi	11h00 - 12h00
MINI POUSSINS (NES)	2003-04	Mercredi	13h00 – 14h30
POUSSINS 1	2001-02	Lundi	17h30 – 19h00 & Mercredi 14h30—16h00
POUSSINS 2	2001-02	Vendredi	17h30 - 19h00 & Mercredi 14h30—16h00
BENJAMINS 1	1999-2000	Mardi	17h00 – 18H30 & Jeudi 17h30—19h00
BENJAMINS 2 & BENJAMINES		Mercredi	17h00—18h30 (Victor Hugo)
		Vendredi	17h30—19h00 (Pierre Heuzé)
MINIMES FILLES	97 - 98	Mardi	18h30—19h30 & Jeudi 19h00 - 20h30
MINIMES GARCONS		Mercredi	17h00 - 18h30 (Hastings)
CADETTES	94- 96	Vendredi	19h00 – 20h30
CADETS 1		Mercredi	18h30—20h00 (Victor Hugo)
CADETS 2		Lundi	19h00—20h30
CADETS 1 + 2		Vendredi	19h00—20h30 (Pierre Heuzé)
SENIORS 1 FILLES		Mercredi	20h30 – 22h00 & vendredi 20h30—22h00
SENIORS 2 FILLES		Mercredi	19h00—20h30
SENIORS GARCONS		Lundi	20h30 – 22h00 & Jeudi 20h30 – 22h00
SENIORS LOISIR MIXTE		Samedi	10h00 – 12h00

Cotisations + Licence :

BABY BASKET	122 €
MINI POUSSINS	124 €
POUSSINS	127 €
BENJAMINS	132 €
MINIMES	132 €
CADETS	142 €
SENIORS	154 €
SENIORS LOISIRS.....	88 €



FOOT-BALL

ENTRAINEMENTS : Adresse des terrains de l'A.G.C : I.U.T Côte de Nacre. Tél : 02.31.44.09.85

U9	(2002/03/2004)	Mercredi	14h00 à 15h30	(G + F)
U11	(2000/01)	Mardi	18h00 à 19h15	
		Mercredi	14h00 à 15h30	(G + F)
U13	(1998/99)	Mardi	18h00 à 19h15	
U13 - U14 & U17 Filles		Mercredi	15h30 à 17h30	
U14 & U18 Filles		Lundi	18h00 à 19h15	
U 15	(1996/97)	Lundi	19h30 à 21h00	
		Mercredi	17h15 à 19h00	
		Vendredi	18h00 à 19h30	
U17	(1994/95)	Lundi	19h30 à 21h00	
		Mercredi	17h00 à 19h00	Vaux de la Folie
		Vendredi	19h00 à 21h00	Vaux de la Folie
U19	(1991/92/93)	Mardi	19h00 à 21h00	Vaux de la Folie
		Jeudi	19h00 à 21h00	Vaux de la Folie
Seniors	(1990 à 1974)	Mercredi	19h15 à 21h15	
		Vendredi	19h30 à 21h30	
Seniors Filles 1994 et avant		Mardi	19h15 à 21h00	
		Jeud	19h00 à 21h00	
Vétérans	(avant 1974)	Jeudi	19h00 à 21h00	

Cotisations : à partir de 70 €



KARATE

ECOLE SHOTOKAN OHSHIMA

COURS ADULTES & ADOLESCENTS:

le Lundi : de 17h00 à 18h30 (confirmés) le Mardi : de 20h00 à 22h00
le Jeudi : de 18h30 à 20H30

COURS ENFANTS :

le Mercredi de 17h00 à 18h30 (7 – 14 ans)

Cotisations passeport sportif et licence FFKDA compris :

Adultes :	170€
Tarifs Etudiants	120 €
Enfants :	100 € (Possibilité de payer en 3 fois)



RETRAITE SPORTIVE

GYMNASTIQUE de MAINTIEN en FORME - RANDONNEES – TENNIS DE TABLE - YOGA—PETANQUE—
JEUX DE SOCIETE—AQUAGYM—AQUAPHOBIE

Cotisation annuelle :

93 € avec licence F.F.R.S.

Activités + Yoga :

125 € avec licence F.F.R.S

Marcheurs uniquement :

52 € avec licence F.F.R.S

GYMNASTIQUE SPORTIVE

ENTRAINEMENTS : Consulter les entraîneurs pour les différents groupes

Cotisations :

Cours débutants (1 cours 1h00/semaine) 160 €

G.A.F, G.A.M, G.R (1 ou 2 cours d'1h30/semaine) 220 €

G.A.F, G.A.M, G.R (3 cours/semaine) 250 €

Gymnastique de Forme et loisir (Fitness, Gym Adulte) 160 €

Baby-Gym / Eveil Gymnique et Gym parents-enfants 120 €

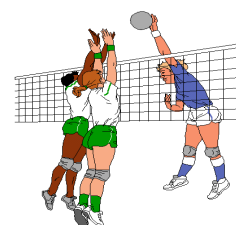
5% de remise sur le total quand plusieurs inscriptions par famille



VOLLEY-BALL

ENTRAINEMENTS : Féminines : le MARDI de 19h30 à 21h30
Loisir mixte le MARDI de 20h30 à 22h00
Ecole de Volley(8-16 ans) le MERCREDI de 16h00 à 17h30

Cotisations : Volley-LOISIR 80 € + prix licence (facultatif)
Volley Féminin + licence Enfants - de 18 ans 150 €
120 €



ECHECS

Quand venir jouer avec nous ?

Les petits pions (débutants à partir de 5 ans) : mardi & mercredi 17h00—18h00

Chevaliers et Princesses : (Initiés à partir de 9 ans) mercredi 17h00—18h00 & samedi 11h00—12h00

Bons et mauvais fous : (enfants et adolescents confirmés) mercredi & jeudi 18h00—19h00

Rois et Reines : (joueurs expérimentés) mardi et vendredi 18h00 à 19h30

Cotisations :

2000 et après : 101 €
1996-1999 : 105 €
1944-1995 : 114 €
1992-1993 : 44 €
1991 et avant : 62 €



TENNIS DE TABLE

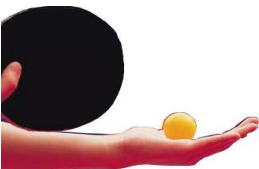
ENTRAINEMENTS :

Lundi	17h30 – 19h00 :	Groupes détection (8 –12 ans)
	19h00 – 20h30 :	Seniors compétition / Loisirs libre
Mardi	19h30 – 21h00 :	Adultes loisir / extérieurs libres
Mercredi	10h30 – 11h45 :	Baby Ping 2000 – 2004
	13h30 – 15h00 :	Groupe détection (8—12 ans)
	15h00 – 16h30 :	Jeunes 1995-1999
Jeudi	17h30 – 19h00 :	Jeunes 1995-1999
	19h00 – 20h30 :	Seniors compétition



Cotisations

Licenciés extérieurs	40 €
Poussins – Benjamins :	140 €
Minimes – Cadets :	145 €
Juniors -Seniors :	160 €
Seniors Loisirs :	115 €



PETANQUE

Section loisir et compétition
Participation à des championnats et tournois toute l'année
Renseignements au 02.31.84.35.78
Cotisation : 50 € (licence comprise)



JUDO – TAÏSO

ENTRAINEMENTS :

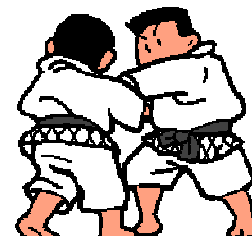
JUDO Compétition Ados / Adultes	Lundi	20h00 – 22h00
	Mercredi	20h00 – 22h00
	Vendredi	20h00 – 22h00
JUDO Détente	Mercredi	18h30 – 20h00
JU-JITSU	Jeudi	20h30—22h00
MINIMES – CADETS (95-96-97-98)	Mercredi	15h30 – 17h00
	Samedi	11h00 – 12h30
BENJAMINS (99-00)	Mercredi	14h00 – 15h30
(99-00-01)	Samedi	09h30 – 11h00
POUSSINS / MINI-POUSSINS (01-02-03)	Mercredi	10h00 – 11h00
(2002-03-04)	Samedi	14h00 – 15h00
EVEIL JUDO (2004-2005)	Mercredi	11h00 – 12h00
	Samedi	13h00 – 14h00
BABY JUDO (2006-2007)	Mercredi	13h00 – 14h00
TAÏSO	Mardi	18h30— 20h00
	Jeudi	20h30—22h00



Taïso : *approche douce des arts martiaux tels que le judo et le jujitsu sans aucun danger (pas de chute, pas de coup porté).*

Cotisations :

Judo :	155 €
Ceintures Noires ou étudiants :	130 €
Baby Judo :	105 €
Taïso :	135 €



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

ENTRAINEMENTS :

le LUNDI	de 18h30 à 19h30
le JEUDI	de 12h15 à 13h15 / de 14h30 à 15h30

Cotisation annuelle : 95 €