

SAISON 2021/2022

AQUAGYM – GYM DOUCE – GYM DOUCE SMS – STRETCHING – PILATES – QI QONG –
TAI CHI – YOGA – ZUMBA

TARIFS activités à régler à l'inscription par 3 chèques à l'ordre du **CORS 74**

1) GYM DOUCE	75€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 25€
2) GYM DOUCE SMS*	72€ pour l'année scolaire à régler en 3 chèques de 24€
3) STRETCHING	78€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 26€
4) GYM PETITES VACANCES	GRATUIT (Toussaint, Février, Avril)
5) AQUAGYM ILE BLEUE	108€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 36€
6) PILATES	102€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 34€
7) QI QONG	90€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 30€
8) TAI CHI	120€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 40€
9) YOGA	111€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 37€
10) ZUMBA	123€ pour l'année scolaire en 3 chèques de 41 €

GYM DOUCE Section Multi-activités Seniors (SMS) : activité qui permet de faire travailler l'ensemble des capacités de personnes en phase de réadaptation, ou atteintes d'affections longue durée ou ayant des pathologies.

POUR S'INSCRIRE

Remplir un bordereau d'inscription par activité souhaitée

- ✓ Etablir 3 chèques séparés par activité, lieu et heure et par personne y compris les couples
- ✓ Indiquer clairement l'activité, le lieu et l'heure au dos des chèques
- ✓ Adhésion 2021/2022 au CORS 74 obligatoire 28.50€

MERCI DE PRENDRE SOIN A LA REDACTION DE VOTRE INSCRIPTION CAR TOUT DOCUMENT INCOMPLET OU MAL REMPLI NE SERA PAS PRIS EN COMPTE

QUAND S'INSCRIRE ?

- Par courrier envoyé au siège du CORS 74

CORS 74 2bis, clos du buisson ANNECY LE VIEUX 74940 ANNECY.



LIEUX DES ACTIVITES

AQUAGYM

SEYNOD : Piscine Ile Bleue SEYNOD

- ✓ Mardi de 16h à 16h45
- ✓ Vendredi de 16h 16h45

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référentes : Annick DIDIER, Chantal LOMBARD, Nicole FRAISSE, Mireille PIOLI.

Reprise AQUAGYM semaine 37 du 14 septembre 2021 au 17 septembre 2021

GYM DOUCE – STRETCHING

ANNECY LE VIEUX : GYMNASSE DES GLAISINS

- ✓ Lundi de 8h à 9h (20 participants)
- ✓ **Lundi de 11h15 à 12h15 (30 participants)**
- ✓ Mardi de 13h30 à 14h30 (20 participants)
- ✓ Mardi de 14h30 à 15h30 (Stretching, 20 participants)
- ✓ **Mardi de 15h30 à 16h30 (GYM douce SMS 20 participants)**
- ✓ Mercredi de 10h à 11h (30 participants)
- ✓ Mercredi de 11h à 12h (30 participants)
- ✓ Vendredi de 14h à 15h (20 participants)
- ✓ Vendredi de 15h à 16h (Stretching, 20 participants)

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référents : Pierre STYSKAL - Robert JOSSE - Eliane BRELAUT - Pierre MARIN CUDRAZ -
Nicole COUTEAU - Claudette SULTAN - Marcel SASSOLAS (GYM DOUCE SMS)

EPAGNY : Gymnase Metz-Tessy Epagny Salle Sous Lettraz
Jeudi de 9h à 10h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référente : Nicole SAVARESSE

POISY : **Nouveau Gymnase**

- ✓ Mardi de 8h30 à 9h30
- ✓ Mardi de 9h30 à 10h30
- ✓ Mardi de 10h30 à 11h30

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référentes : Monique SUBLET - Martine LENZI – Jean Maurice CHAMPAGNE

SEYNOD : **Gymnase Max DECARRE**

- ✓ Mardi de 9h à 10h
- ✓ Mardi de 10h à 11h
- ✓ Vendredi de 8h45 à 9h45

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référents : Ivana BIANCHIN - Christian RAYMOND - Annick DIDIER.

PILATES

ANNECY LE VIEUX : **Gymnase Les Glaisins**

- ✓ Lundi de 9h à 10h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référente : Muriel WACK

QI QONG

ANNECY LE VIEUX : **Gymnase Les Glaisins**

- ✓ Lundi de 15h à 16h

Renseignements au **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.
Référent : Pascal REBOLLE

TAI CHI

SEYNOD : Gymnase Max DECARRE

- ✓ Vendredi de 9h45 à 11h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Lucette BEAUQUIS

YOGA

SEYNOD : Gymnase Max DECARRE

- ✓ Mardi de 11h à 12h
- ✓ Mardi de 12h à 13h

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Annie BLANC

ANNECY LE VIEUX : Gymnase Les Glaisins

- ✓ Jeudi de 11h à 12h (nombre participants limité à 12)

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Marie-Claire DAVID

ZUMBA

ANNECY LE VIEUX : Gymnase Les Glaisins

- ✓ Lundi de 14h à 14h45

Renseignements au siège du **CORS 74**, lors de la permanence du mardi après-midi.

Référente : Nicole BERGER

**Reprise des activités semaine 38 du 20 septembre 2021 au 24 septembre 2021
sauf AQUAGYM ILE BLEUE qui reprendra semaine 37 les 14 septembre
et 17 septembre 2021.**

