

BRETTES

L'ADANC en forme pour la rentrée gym et danse

L'association d'animation du Nord-Charente (ADANC) propose tout un programme de danse et de sport en Nord-Charente. La rentrée zumba fitness, gym et danse se fera le lundi 10 septembre.

«Préparez vos baskets, commencez à faire chauffer les muscles et les neurones» scande l'équipe d'animatrices professionnelles salariées de l'ADANC. Sylvie Damy-Berger (éducatrice sportive diplômée d'état en EGDA - Brevet Country Form' niveau 1 et 2 ; Catherine Cox alias "Coxie", éducatrice CQP ALS option AGEE - instructeur Zumba Fitness, membre Zin - Brevet Country Form' niveau 1 et 2) ; Tamsin Léveillé, alias "Tatam", éducatrice CQP ALS option AGEE/ Instructeur Zumba Fitness, membre Zin). Ces animatrices sont secondées par Marie-Laure Rivaux, aide monitrice (Brevet Country Form' niveau 1), animatrice du cours de Country Line Dance d'Alloue.

L'équipe, Sylvie, Coxie, Tatam et Marie-Laure, anime les activités Zumba Fitness,

Kid'ZoU Dance 9/13 ans "Start" et "Move", Ener'Gym, Activ'Core, Gym Activ', Gym Form', Gym Douce, Gym Enfants 4/6 ans et 7/10 ans, Line et Country Dance adultes tous niveaux, sur les communes de La Faye, Fouqueure, Maine de Boixe, Alloue, Saint-Claud et Chail-Pommeroux (Deux-Sèvres). L'ADANC assure aussi des prestations de service pour d'autres associations (2).

Les deux premières séances d'essai sont gratuites. Les coupons sport (ANCV/CNAS) ainsi que les «chèques vacances» sont acceptés pour les règlements des adhésions-cotisations.

Le certificat médical d'aptitude n'est pas obligatoire mais il est conseillé d'avoir un avis médical car toute activité physique comporte des risques...

Le calendrier (lieux, dates et horaires des cours) est téléchargeable sur le site de l'association.

Contact tél : 05 45 31 16 36 ;
mail : adancbrettes@orange.fr ;
<http://www.adanc.com/>