

A.D.A.N.C. Saison 2022-2023

Gym - Danse

A partir du
12 Septembre 2022

* Dans la
Salle des Fêtes

Line & Country Dance



Gym Form'

Adultes
Renforcement Musculaire
Pilates - Gainage
Stretching

LA FAYE *

Sylvie

Lundi

18h30 - 19h30

Sport Santé PEPS

LA FAYE *

Mardi

Coxie

18h30 - 19h30

Gym Douce

Avec Chaise
Mémoire-Equilibre-Gainage
Renforcement Musculaire
Souplesse-Etirements

LA FAYE *

Mardi

Sylvie

16h - 17h

Sport Santé PEPS

Niveau - Débutant

LA FAYE * - Mardi - 19h30 - 20h30

Coxie

ALLOUE * - Mardi - 19h45 - 20h45

M-L

FOUQUEURE * - Mercredi - 19h15 - 20h15

Coxie

Niveau - Moyen

FOUQUEURE * - Mercredi - 20h15-21h15

Coxie

Niveau - Intermédiaire/Avancé

FOUQUEURE * Lundi 19h30-21h30

Coxie

TARIF Saison 22/23

120 € / Personne

Adhésion / Cotisation

Forfaitaire

(du 12/09/2022 au 30/06/2023)

Bulletin d'adhésion à télécharger sur
www.adanc.com

2 séances
d'essai offertes
pour les nouveaux
adhérents

Les Animatrices Qualifiées de l'ADANC, Saison 2022/2023

Éducatrices Professionnelles Salariées



Sylvie
Damy
Berger



Coxie
Catherine
Cox

Aide Monitrice Bénévole



Marie-
Laure
Tingaud

Qualifiée Sport Santé sur Prescription Médicale PEPS

Coupons Sports
ANCV/CNAS & Chèques
Vacances acceptés



A.D.A.N.C. 5 Rue des Puits 16240 BRETTEES

☎ 05.45.31.16.36 📠

🌐: www.adanc.com

📘: www.facebook.com/ADANC

✉: adancbrettes@orange.fr