

A.C.A.P.S SAISON 2021/2022

www.acaps-le-creusot.fr

ACTIVITES PROPOSEES A PARTIR DU 06 SEPTEMBRE 2021 (voir particularités sur la lettre aux adhérents)

G.E.A : Entretien - Assouplissement - Rythme

TORCY : Salle de Danse

* Lundi	14h00/15h30	Micheline Folklore, danse en ligne	BZINKIEWICZ	03.85.56.11.76
* Lundi	18h30/19h30	Isabelle	COROT	06.74.70.85.33
* Mercredi	18h00/19h00	Jérôme et Julien	PERCEPUSSE LERICHE	06.22.15.28.89 06.03.32.16.70

E.S.C.A.L.E : Parc de la Verrerie

* Mardi	9h15/10h15	Nadine	DUROUET	03.85.80.14.31 (à partir du 21/09)
* Jeudi	9h15/10h15	Nadine	DUROUET	« (à partir du 23/09)
* Vendredi	09h15/10h15	Daniel	CHANAT	03 85 56 05 58

COMPLEXE DES ACACIAS : salle Pierre DUC

* Lundi	8h30/09h30	Daniel	CHANAT	03 85 56 05 58
* Lundi	9h30/10h30	Françoise	CHARBONNIER	03.85.56.06.73
* Lundi	19h15/20h15	Sylvie	RICHARD	06.24.09.01.68 (à partir du 13/09)
* Jeudi	09h00/10h00	Véronique	VANNIER	03.85.80.19.44

G.E.A. A THEMES

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

- * Lundi 8H30/10h30 Salle Musculation des Riaux Patrick POISSON 06 31 19 65 68
- * Jeudi 8h30/10h00 « « «

INITIATION "PREVENTION DES CHUTES - SELF-DEFENSE"

- * Mardi 08h45 /09h45 Salle rue Bayard : 03 85 55 24 88
- * Vendredi de 9 h 00 à 10 h00 de septembre à Noël 2021
De 10h 30 à 11h 30 de janvier à fin juin 2022

Educateur club mis à disposition sur temps "municipalité" et kimono prêté

TENNIS-LOISIRS : (réservé aux adhérents sachant pratiquer le tennis)

- * Vendredi 10h00/12h00 Salle René Besset (Les Riaux)
 - * Samedi 10h00/12h00 Collège Croix-Menée (COSEC)
- Contacteur : Serge GARNIER au 06 16 27 29 36

YOGA :

- * Jeudi : 15h00/16h30 - Salle Mairie du Breuil (à partir du 23/09/2021)
 - * Jeudi : 18h00/19h30 - Salle des sports de la piscine du Creusot (à partir du 23/09/2021)
- Coût complémentaire à verser directement à Sylvie PETIOT :
62 Euros à la rentrée et **62 Euros** début Février 2022.
S'inscrire rapidement auprès de Martine PILLOT : 06.70.16.39.36 (Places limitées)

ZUMBA :

- * Lundi : 18h30/19h30 - Préau Ecole Charles de Gaulle - Fitness
 - * Vendredi : 18h30/19h15 - Préau Ecole Charles de Gaulle – **Enfants**
- } Céline CLAVIER
06 51 27 87 06
- * Mardi : 19h00/20h00 - Préau Ecole Charles de Gaulle - Fitness
 - * Vendredi : 19h00/20h00 - Préau Ecole **Raymond Rochette** - Fitness
- } Jérôme et Julien

Coût supplémentaire à verser directement à Jérôme et Julien
5€ à la rentrée et 5€ en janvier 2022

PISCINE :

- Nage** : lundi de 16h00 à 16h45
 - Aquagym** : Mercredi de 10h45 à 11h30
- Prix de 5€50 ou 3,10€ (avec bracelet 10 séances)

ASSEMBLEE GENERALE

Vendredi **26 Novembre 2021** à **17h30** à la **Grande Salle-FOYER GUYNEMER**