

Laconnex Sociétés Sportives

Saison 2019 - 2020



GROUPEMENT GYMNIQUE LACONNEX



Cours de Pilates mixte (dames, messieurs), **mardi de 18h30 à 19h30**, dispensé par Dominique Zuliani
Salle communale de Laconnex.

Cours Pilates uniquement, prix : 250 Frs par année.

Cours Pilates combiné avec un autre cours gym, prix : 330 Frs par année.

Inscription dès le jeudi 29 août par envoi d'un courriel à Odile Cattin.

Courriel : odilecattin@hotmail.com

Il reste six places. Réponse individuelle donnée à chacun / chacune.

Début : mardi 10 septembre 2019.

Début des cours DAMES

Lundi 09 septembre 2019 Aérobie souplesse, de **19h30 à 20h30** - Salle omnisports de Laconnex, dispensé par Dominique Zuliani.

Mercredi 11 septembre 2019 Bien-être stretching, de **18h30 à 19h30** - Salle communale de Laconnex, dispensé par Claire Dethurens.

Début des cours MESSIEURS

Lundi 09 septembre 2019 Aérobie souplesse, de **18h30 à 19h30** - Salle omnisports de Laconnex, dispensé par Dominique Zuliani.

Inscriptions et renseignements:

Dames: Denise Gabert 079 464 92 09 courriel : denise@espace-jura-gabert.ch
Edith Durand Steiner 022 756 01 52 courriel : edith.durandsteiner@psychologie.ch

Messieurs: Pierre Iseli 022 757 28 11 courriel : iselipierre@bluewin.ch

Cotisation annuelle: 170 Frs pour 1 cours ——— 250 Frs pour 2 cours
½ tarif pour les étudiant(e)s

Cours de Yoga DYNAFLOW Carolina Stucklin



Cours le jeudi de 6 heures à 7 heures

Cours le jeudi de 18h30 à 19h30

à la salle de l'école primaire de Laconnex.

Reprise des cours **jeudi 29 août 2019**

Le prix d'un cours d'une heure est de 25 Frs ; 20 Frs pour les étudiant(e)s et pour les personnes au bénéfice de l'AVS.

Un cours d'essai gratuit.

Inscriptions et renseignements : Carolina Stucklin 079 787 54 52
Caamelot@bluewin.ch