

Association Sports et Loisirs des Molières

Activités
sportives,
bien-être,
artistiques et
culturelles



Foot avec Benjamin

mercredi, 6-10 ans de 16h30 à 18h (stade)
mercredi, 9-13 ans de 18h à 19h15 (stade)
vendredi, 4-7 ans de 16h30 à 17h45 (City Stade école)

Danse en ligne avec Monique

le mardi de 17h45 à 19h15

Marche active avec Armelle

le vendredi de 11h à 12h

Danse avec Pauline

le mercredi (Paradou)

- Danse EVEIL (4-5 ans / 16h30-17h15 : 45mn)
- Danse INITIATION (6-7 ans / 17h15-18h15 : 1h)
- Danse JAZZ1 (8-12 ans / 18h15-19h15 : 1h)
- Danse JAZZ2 (13-17 ans / 19h15-20h30 / 1h15)
- Danse ADULTES (>17 ans / 20h30-22h / 1h30)

Stretching postural avec Diane

le mardi de 20h45 à 21h45 (Paradou)

Yoga avec Cécile

le lundi de 20h15 à 21h30 (école maternelle)

Stretching pilâtes avec Christine

le lundi de 18h à 19h (Paradou)

Qi-Gong avec Diane

le mardi de 19h30 à 20h45 (Paradou)

GYM

Gym très douce avec Christine

le lundi de 17h à 18h (Paradou)

Gym douce avec Armelle

le mardi de 16h30 à 17h30 (Paradou)

Gym tonique avec Beckie

le mardi de 19h30 à 21h00 (école maternelle)

Gym tonique avec Armelle

le mercredi de 11h45 à 12h45 (Paradou)

Gym avec Christine

le jeudi de 9h à 10h15 (Paradou)

Gym dynamique avec Sylvain

le jeudi de 20h15 à 21h45 (Paradou)

Gym tonique avec Sylvain

le vendredi de 19h à 20h30 (école maternelle)



site internet (tarif, horaire, bulletin inscription) : <http://info.slm91.fr/>

Email : sportsetloisirsdesmolieres@gmail.com