

WELCOME CATARINA!



OUR COACHES

Diana & Catarina
Fromm Abrantes

NOS COTISATIONS POUR LA SAISON 2019-2020

2 cours d'essai gratuits. Un t-shirt du club sera offert à chaque enfant lors du paiement de la c otisation.

GYMNASTIQUE

Gym 4+5 ans
Gym f em/masc

200  
250  

FITNESS

Yoga & Pilates, Zumba &
Body Sculpt

300  

DANSE

Modern Jazz 4+5 ans
Modern Jazz + Hip Hop

250  
300  

CEP Strassen

CCPLLULL
LU29 1111 0018 1771 0000

.....
WWW.CEP-STRASSEN.LU



**SAISON
2019-2020**

HALL SPORTIF BLEU
9, RUE FEYDER
L-8026 STRASSEN

SAISON 2019-2020 DU 16.09.2019 - 15.07.2020

**Pas d'inscription d'avance! 2 essais gratuits par cours pour chaque enfant.
Les fiches d'inscriptions seront distribuées pendant les premiers cours.
Début des cours 16.09.2019.**

GYMNASTIQUE	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
GYM 4+5 ANS MIXTE						
Année 2015		16:00-17:00				
Année 2014				16:00-17:00		

GYM FÉMININ						
Année 2013 & 2012	17:00-18:00		17:00-18:00			
Année 2011 & 2010	18:00-19:00		18:00-19:00			
Année 2009 & 2008	19:00-20:00		19:00-20:00			
Teens & Adults	20:00-21:00		20:00-21:00			

GYM MASCULIN						
Année 2010-2013	débutants		14:00-15:00		14:00-15:00	
	avancés		15:00-16:00		15:00-16:00	
Juniors et Teens			19:00-20:00		19:00-20:00	
Adults			19:30-21:00		19:30-21:00	

Les entraîneurs sélectionneront les gymnastes qui intégreront les cadres 'Sélection' et 'Elite'. Les gymnastes de ces cadres s'engagent à participer à tous les entraînements, aux stages, et aux compétitions.

DANSE	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
MODERN JAZZ						
4 + 5 ans					16:15-17:00	
6 + 7 ans			17:30-18:30		17:00-18:00	
8 + 9 ans			18:30-19:30		18:00-19:00	
10 - 12 ans	débutants		14:00-15:00			10:00-11:00
	avancés		15:00-16:00			11:00-12:00
Teens & Adults			16:00-17:00			12:00-13:00

HIP HOP						
7 - 9 ans			17:00-18:00		15:00-16:00	
10 - 12 ans		18:00-19:00	18:00-19:00			
enfants avancés				16:00-17:00		
Débutants			20:30-21:30		19:00-20:00	
Avancés			19:00-20:30		20:00-21:30	

FITNESS	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
YOGA & PILATES	20:30-21:30				14:30-15:30	
NEW ZUMBA			19:30-20:30			
BODY SCULPT			20:30-21:30			