

# CLUB DE CHELLE DEBAT Saison 2019 - 2020



## ACTIVITES ADULTES

CrossF Training .....	- Lundi de 20 h 30 à 21.30 h
Fitness trampoline .....	- Mardi à 19.00 h
Yoga - Méditation .....	- Mercredi 19.00 h - Jeudi 18.45 h
Gym Séniors .....	- Lundi et Mercredi à 10.30 h
STEP .....	- Jeudi à 19.00 h
Pilates .....	- Lundi à 19.00 h et Jeudi à 20 h
AEROFIT (danse fitness ultra cardio)	- Mercredi à 19 h
Danses de salon - Rock .....	- Mardi à 20.30 h - Débutants
(tango, rock, West coast swing...)	- Vendredi à 20.30 h Intermédiaires

## ACTIVITÉS ENFANTS - Mercredis après-midis

▶ HIP HOP de 14 h à 15 h - *Enfants de 5 à 12 ans*

▶ KRAV MAGA - SELF DEFENSE contre la violence à l'école

*Enfants de 6 à 14 ans - de 17.15 h à 18.15 h*

**Nouveau !!**

▶ DANCING GIRLS de 15.15 h à 16.15 *Enfants de 5 à 12 ans*

▶ BÉBÉ GYM de 14.30 h à 15.30 h - *Enfants de 3 à 5 ans*

(motricité, proprioception, rythme, exp. corporelle, code moral...)

**Tarifs dégressifs en fonction du nombre d'enfants inscrits et d'activités choisies**

**Contacts : 06.89.38.51.93 ou 06.85.42.03.49**

**Site internet : <https://club-chelle-debat.com>**

**Mail : [chelle.asso@gmail.com](mailto:chelle.asso@gmail.com)**

# **Animations**

## **Stages de yoga**

**Samedi 29 février 2020 de 14 h à 17.30 h**

**Samedi 14 mars 2020 de 14 h à 17.30 h**

Le thème sera défini ultérieurement

## **ATELIER DANSANT**

**ADULTES : COUPLES OU SOLOS**

Tous niveaux

**Avec EVIDANSE TARBES**

**DIMANCHE 2 FEVRIER 2020 à 14.30 H**

**SAMEDI 25 AVRIL 2020 à 20 H**

## **Stage de clown (comédie physique)**

**En anglais**

**Par Showtime Fun Productions - Terry Price**

**Première semaine des vacances de Pâques**

## **FÊTES DE L'ASSO**

**VENDREDI 13 DECEMBRE 2019 à 20 h**

**VENDREDI 15 MAI 2020 à 20 h**