

Jeudi

## Stretching

de 17h00 à 18h00

*Tapis et élastique exigés*

*(Salle polyvalente)*

**Maxime Rivas**

\*\*\*\*\*



Jeudi

## Gymnastique

4-6 ans : de 17h30 à 18h15

7-11 ans : de 18h15 à 19h15

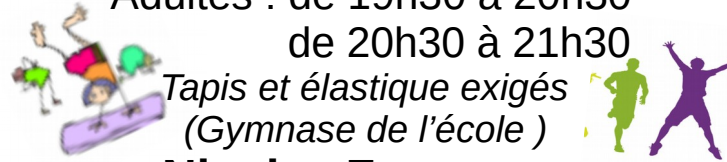
Adultes : de 19h30 à 20h30

de 20h30 à 21h30

*Tapis et élastique exigés*

*(Gymnase de l'école)*

**Nicolas Fournery**



\*\*\*\*\*

Jeudi

## Scrapbooking

À partir de 20h00

**Partage de connaissances**

*(Salle rue Chatille)*



\*\*\*\*\*

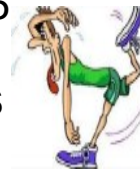
Jeudi

## Cardio-training

de 20h00 à 21h15

*(Salle polyvalente)*

**Maxime Rivas**



\*\*\*\*\*

Jeudi

## œnologie

**un jeudi par mois**

à 19h30

*(Salle de la mairie)*

**Sonia Blondeau**



Vendredi

## Arts Plastiques

Enfants de 5 à 11 ans :

de 17h30 à 19h00

*(Salle rue Chatille)*

**Claire Dumoulin**



La  
**Cou**Rte  
Echelle

**Année 2022 – 2023**

**Salornay-sur-Guye**

Découvrez nos activités et intervenants  
sur notre nouveau site internet

**lacourteechelle71.fr**

Mail : [contact@lacourteechelle71.fr](mailto:contact@lacourteechelle71.fr)

**Contact**

06 52 19 17 83

06 49 22 01 08

lundi  
**Body Danse**

façon Zumba  
de 17h30 à 18h30  
(Salle Polyvalente)

**Sylvain Martinez**

\*\*\*\*\*



Mardi  
**Yoga**

de 18h30 - 19h45  
de 20h00 - 21h45  
(Salle polyvalente)

**Aude Cadet**

\*\*\*\*\*



Mercredi  
**Krav Maga**

Self défense  
Enfants de 8 à 14 ans  
de 16h00 à 17h00  
(Gymnase de l'école)

**Eric Jacques**

\*\*\*\*\*



Mardi  
**Gym douce**

façon Pilates  
(Salle polyvalente)  
de 9h30 à 10h45  
de 10h45 à 12h00  
(Gymnase de l'école)  
de 20h00 à 21h15  
Tapis et élastique exigés

**Maxime Rivas**

\*\*\*\*\*



Mardi  
**Couture**

de débutant(e)s à confirmé(e)s  
de 19h00 - 21h00  
semaines paires  
(Salle rue Chatille)

**Valérie Brasme**

\*\*\*\*\*



Mercredi  
**Anglais**

Ados-Adultes  
semaines paires  
19h30-20h45  
(Salle rue Chatille)

**David Henderson**

\*\*\*\*\*

Mardi  
**Zumba Kids**

Enfants 8 à 10 ans  
de 17h15 à 18h00  
(Gymnase de l'école)

**Sylvain Martinez**



Mercredi  
**Danse Urbaine**

de 10h00 à 11h00 débutant(e)s  
de 11h00 à 12h00 confirmé(e)s  
(Gymnase de l'école)

**Alexis Gueye**



Jeudi  
**Éveil bébé**  
ouvert aux parents et aux  
assistantes maternelles

de 9h30 à 12h00  
(Salle rue Chatille)

