

ACTIVITÉS CULTURELLES

COURS DE DESSIN

6-12 ans

Tous les jeudis 17h15-18h45 (ASC Mézières)



COURS DE GUITARE

A partir de 7 ans - ados - adultes

Tous les vendredis à partir de 16h00 ou

Tous les samedis à partir de 9h00 (ASC Mézières)



Pour les cours individuels de guitare le professeur vous contactera afin de convenir avec vous les horaires de cours souhaités.

2023-2024

INSCRIPTION

www.ascmezieres.fr

02.37.43.74.52



ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'ASC MEZIERES

	De 1 à 5 ans			De 5 à 12 ans			Ados - Adultes	
LUNDI				GYM 5-7 ans (ASC Mézières) 17h00-18h00	GYM 8-12 ans (ASC Mézières) 18 h15- 19 h15		YOGA (Marsauceux) 18h00-19h30 ou 19h40-21h10	ZVMBA (Ste Gemme) 19h30-20h30
MARDI			BABY MULTI SPORTS 3-5 ans (ASC Mézières) 17h00-17h45				MULTI PENFO (Marsauceux) 18h45-19h45	* ANY
MERCREDI	EVEIL à la GYM 3-4 ans (ASC Mézières) 09h15-10h00	EVEIL à la GYM 3-4 ans (ASC Mézières) 10h00-10h45	SPORTS 3-4 ans (ASC Mézières) 11h00-11h45	MULTI SPOISTS 5 ans (ASC Mézières) 15h45-16h45	MULTI SPOPTS 6-9 ans (ASC Mézières) 17h00-18h00	APPN 8 -12 ans (ASC Mézières) 14h15-15h15		PILATES (Marsauc eux) 19h30-20h30
JEUDI						À	FA.C FESSES-ABDOS-CUISSES (Marsauceux) 19h15-20h15	STEP (Marsauceux) 20h15-21h15
VENDREDI				MULTI DANSE 5-7 ans (ASC Mézières) 17h00-18h00	MULTI DANSE 8-12 ans (ASC Mézières) 18h15-19h15		GYM D'ENTRETIEN (Marsauceux) 9 h30-10h30	YOGA (Marsauc eux) 10h45-12h15
SAMEDI	GYM des TOUT-PETITS 12-24 mois (ASC Mézières) 9h30-10h15*	des TOUT-PETITS 24-36 mois (ASC Mézières) 10h30-11h15*	EVEIL à la DANSE 3-4 ans (ASC Mézières) 11h30-12h15 •					2

* 1 samedi sur 2 (Cf. ca lendrier de l'éducatrice)