

LA MULTISPORTS VOUS PROPOSE :

Gym pleine forme

LUNDI de 20h à 21h

À partir du 07/09

Cotisation : Adultes 95 € licence comprise

Grappling - Ju Jitsu Brésilien - Lutte

LUNDI de 18h à 21h

À partir du 07/09

MERCREDI de 15h à 17h

À partir du 09/09

VENDREDI de 18h à 19h45

À partir du 11/09

Cotisation : Enfants (dès 8 ans) 100 € - Adultes 180 € licence comprise

Tennis de table

MARDI de 18h45 à 19h45 pour les enfants

À partir du 08/09

MARDI à 20h pour les adultes

À partir du 18/08

Cotisation : Enfants (dès 8 ans) 60 € - Adultes 90 € licence comprise

Qi Gong

MARDI de 20h15 à 21h45

À partir du 15/09

Cotisation : 150 € licence comprise

Gymnastique rythmique

LUNDI de 17h45 à 19h45 et JEUDI de 17h45 à 20h pour le groupe compétition

Cotisation : 120 € licence comprise À partir du 07/09

LUNDI ou JEUDI de 17h45 à 19h15 pour le groupe loisirs À partir du 10/09

Cotisation : 90 € (dès le CP) - Places limitées à 10 inscriptions pour les loisirs

Yoga

MERCREDI de 18h30 à 19h45

À partir du 09/09

Cotisation : 135 €

Badminton

MERCREDI de 17h30 à 18h30 pour les enfants

À partir du 02/09

MERCREDI de 18h30 à 19h30 pour les jeunes

À partir du 02/09

MERCREDI à 19h30 pour les adultes

À partir du 02/09

Cotisation : Enfants (dès 9 ans) - Jeunes (- de 18 ans) 65 € - Adultes 96 €

Volley

JEUDI de 20h30 à 22h30

À partir du 20/08

Cotisation : Jeunes (- de 18 ans) 60 € - Adultes 75 €

Tai Ji Quan

JEUDI de 20h à 22h

À partir du 17/09

Cotisation : 135 €

Randonnée - Marche nordique

Randonnée pédestre

DIMANCHE à 8h50 (le point de RDV sera communiqué par email)

Tous les 15 jours en alternance avec la marche nordique loisir

Marche nordique

SAMEDI de 9h15 à 11h30 (le point de RDV sera communiqué par email)

Marche nordique loisir

JEUDI de 9h15 à 11h15 (le point de RDV : parking Espace Culturel et Sportif)

Tous les 15 jours en alternance avec la randonnée pédestre

Cotisation : 15 € (NOUVEAU ! valable pour les 3 activités)

Aéromodélisme Indoor

MARDI à 17h30 pour les débutants

À partir du 08/09

VENDREDI à 19h45 pour les jeunes

À partir du 04/09

VENDREDI à 20h30 pour les adultes

À partir du 04/09

Cotisation : Jeunes (nés entre 2001 et 2008) 85 € licence et inscription club

Plobsheim comprise - Jeunes (nés entre 2002 et 2003) 91 € licence et inscription club

Plobsheim comprise - Adultes 30 €

Zumbagold : Zumba pour les séniors

LUNDI de 10h à 11h

À partir du 07/09

Cotisation : 150 €

Pilates

Pilates pour tous : MARDI de 11h à 12h et 12h15 à 13h15

À partir du 08/09

Cotisation : 180 €

Pilates pour la femme enceinte : LUNDI de 9h à 9h45

À partir du 07/09

Carte maternité de 10 cours : 150 €

Stretching postural

LUNDI de 12h30 à 13h30

MARDI de 10h à 11h

Cotisation : 180 €

À partir du 07/09

À partir du 08/09

Krav Maga : Self défense

LUNDI de 18h30 à 19h30 pour les jeunes

LUNDI de 19h30 à 21h pour les adultes

Cotisation : Jeunes (de 11 à 15 ans) 120 € licence comprise - Adultes 165 € licence comprise

À partir du 07/09

À partir du 07/09

Il est OBLIGATOIRE d'avoir une paire de chaussures propre et utilisable UNIQUEMENT dans la salle

VENEZ VOUS INSCRIRE
MARDI 1ER SEPTEMBRE 2020
de 18h à 20h30 à l'espace culturel et sportif

À partir de la 3^{ème} inscription pour une même famille,
la plus petite des cotisations est **gratuite** !

Un certificat médical est obligatoire.

Il sera valable pour 3 ans sous réserve de la conformité des réponses du questionnaire de santé à compléter chaque année

Chèques-vacances et coupons sport ANCV acceptés

En cas de nombre insuffisant de participants à une activité, la MULTISPORTS se réserve le droit de supprimer celle-ci

Pour tout renseignement : Thierry METZGER, Président

Tél. : 06.30.06.84.31

Email : metzger.thierry@neuf.fr

Site officiel : <http://www.multisportslipsheim.fr/>



MULTISPORTS LIPSHEIM



DU SPORT
POUR LE PLAISIR
OU EN COMPÉTITION



Village
de **Lipsheim**

PROGRAMME DE LA SAISON
2020 / 2021