

KICK BOXING

☎ : 06 60 91 07 58 à partir de 16 ans

avec **KRISTOF** début **Lundi 16 sept**

❖ LUNDI de 20h30 à 22h00

❖ MERCREDI de 20h00 à 21h30

Salle Ch. Lefresne Tarif : 100€

KARATE Adultes 06 75 50 34 34

SIERRA Manu - ASBTP

début **Mardi 17 sept**

❖ MARDI de 20h00 à 21h00- Cardio/
Muscu

❖ JEUDI de 20h00 à 21h00 Karaté

Tarif à l'année : 153€

Plus d'infos : ☎ : 06 63 94 98 99

✉ : asbtpkaratenice@gmail.com

Prix comprenant : 165€

Cotisation - Adhésion ASBTP - Licence
FFKDA uniquement les cours à Blausasc

Les cours pour enfants n'ont pas lieu
pendant les vacances scolaires

Un tarif préférentiel est mis en place pour
les Ados de la commune de 15 à 22 ans

Tarif : 100€ sauf Yoga

ACTIVITÉS ENFANTS

ZUMBA Enfants avec Marine

☎ : 06 14 07 45 77

❖ MERCREDI début **Mercredi 18 Sept**
de 17h00 à 18h00 à partir de 5 ans

Salle Ch. Lefresne Tarif à l'année : 100€

THEATRE Enfants/Ado avec Magali

☎ : 06 64 35 56 76 début **Lundi 16 Sept**

❖ LUNDI de 16h30 à 17h15 de 4 et 6 ans
de 17h15 à 18h45 Ados et Grands

❖ JEUDI de 16h30 à 17h30 et
de 17h30 à 18h30 les enfants du primaire

Possibilité de grouper Poterie et Théâtre

Salle des écoles/ salle de la mairie

Tarif à l'année : 80€/90€/100€/120€

POTERIE Enfants avec Jinane

☎ : 07 67 86 96 16 début **Lundi 30 Sept**

❖ LUNDI de 16h30 à 18h30

❖ JEUDI de 16h30 à 18h30

Salle des écoles

Tarif à l'année : 90€/100€/120€

KARATE Enfants - Club ASBTP

☎ : 06 63 94 98 99 début **Mercredi 18 Sept**

❖ MERCREDI

- 11h15 à 12h : Baby karaté (4 à 6 ans)

- 13H15 à 14h15 : Enfants débutants + 7 ans

- 14H15 à 15H15 : Enfants avancés

- 15H15 à 16h45 : Light contact ados / adultes

❖ JEUDI de 17h15 à 18h15 Enfs avancés

Tarif: 165€ - Cotisation - Adhésion ASBTP

Salle Ch. Lefresne

✉ asbtpkaratenice@gmail.com



PROGRAMME DES ACTIVITES

Saison 2024/2025

HORAIRES et TARIFS

Inscriptions et Renseignements :

La Blausascoise

Esplanade Nicole Lottier
06440 BLAUSASC

Contacts :

☎ : 06 24 75 36 11

06 64 35 56 76

04 93 79 51 04

✉ : la.blausascoise@hotmail.fr

GYM DYNAMIQUE Adultes

avec Marine ☎ : 06 24 75 36 11

❖ MARDI et/ou VENDREDI

de 9h30 à 10h30 *début Mardi 17 Sept*

Salle Ch. Lefresne

Tarif à l'année : **1 cours : 100€/ 2 cours : 160€**

STRETCHING Adultes avec Karine

☎ : 06 18 06 01 06 *début Lundi 16 Sept*

❖ LUNDI de 9h00 à 10h00 et/ou

❖ MARDI de 18h00 à 19h00 et/ou

❖ JEUDI de 9h00 à 10h00

Tarif à l'année : **1 cours : 160€ / 2 cours : 270€ / 3 cours : 370€**

Salle Ch. Lefresne

MIX -GYM Adultes avec Karine

(Renforcement musculaire/Pilates/ CrossFit)

☎ : 06 18 06 01 06 *début Mardi 18 Sept*

❖ MARDI de 19h00 à 20h00

Tarif à l'année : **1 cours : 160€**

YOGA Adultes avec Karine

☎ : 06 18 06 01 06 *début Lundi 16 Sept*

❖ LUNDI de 19h00 à 20h30

❖ MERCREDI de 9h30 à 11h00

Salle Ch. Lefresne

Tarif à l'année : **1 cours 240€ / 2 cours 350€**

Tarif dégressif pour les cours avec Marine

Activités : 1 Gym D + 1 Gym Adulte 210€

Activités 2 Gym D+ 1 Gym/Strech 260€

Activités : 2 Gym D+ 2 Strech/Gym 320€

Activités : 2 Gym D+ 1 Yoga 340€

ZUMBA ADULTES

avec Ingrid ☎ : 06 24 51 84 20

❖ MERCREDI de 18h00 à 19h00

début Mercredi 18 sept

Tarif à l'année : **160€ - Salle Ch. Lefresne**

Tarifs dégressifs à l'année

Pack 1 : 1h 160€

Pack 2 : 2h 270€

Pack 3 : 3h 370€

Pack 1 +1h30 Yoga 340€

Pack 2 +1h30 Yoga 450€

Pack 3 +1h30 Yoga 550€

Pack 1 +3h00 Yoga (2 cours) 430€

Pack 2 +3h00 Yoga (2 cours) 520€

Pack 3 +3h00 Yoga (2 cours) 600€

Possibilité de pratiquer ces activités selon vos disponibilités soit : lundi, mardi, mercredi, jeudi ou vendredi

Emplacement des salles :

Salle des Associations à côté Cantine de Nico

Salle Dasse à côté du stade de foot

Salle Ch. Lefresne : Route vers L'Escarène

Salle de la Mairie : Rez de Chaussée Mairie

Salle des écoles : à côté du Club House

Salle de la musique: à côté de l'église

ACTIVITES ADULTES

Section BLAUSASC TRAIL

avec Benji BERKOUKCHI

☎ : 06 24 60 83 78

Prendre contact pour les jours et les horaires d'entraînement

Licence Running : 50€

CHORALE Adultes

avec le chef de chœur Roberto Galfione

❖ LUNDI de 19h15 à 21h15

Salle de la musique - ☎ : 06 69 73 28 07

Place de l'église

début des cours : Lundi 02 Sept

Tarif à l'année : 60€

POTERIE avec Jinane

☎ : 07 67 86 96 16

❖ LUNDI de 20h00 à 22h00

Salle des Associations - Matériel fourni

Tarif à l'année 120€

début des cours Lundi 30 sept

Règlement possible en 1 ou 3 chèques encaissés chaque début de trimestre

Tarif préférentiel pour les familles - 15% à partir de 3 personnes d'une même famille

Le matériel est fourni pour toutes les sections

*Les cours pour toutes les activités sont gratuits jusqu'au **Vendredi 27 Septembre 2024 inclus***
