

ATELIERS

Tous les cours se déroulent sur la ville de Salins les Bains à partir du 11 septembre.

LUNDI

Qi gong 9 h 30 - 10 h 45

avec Isabelle Berrard
à partir du 18 septembre - 236 € /an

Line dance Débutant 18h 00 - 19 h 00

avec Christiane Percier Avancé 19 h 00 - 20 h 00
120 € /an

Danse africaine 20 h 15 - 21 h 15

avec Pazo
175 € /an

MARDI

Gym douce 10 h 00 - 11 h 00

avec Nathalie Dufau
165 € /an

Coudre ensemble 13 h 30 - 15 h 30

avec Valérie Rameaux
20 € /an (couturières confirmées)

M. L. C. 18 h 30 - 19 h 45

avec Muriel Felisaz
Méthode de Libération des Cuirasses
220 € /an

Yoga 20 h 00 - 21 h 00

avec Pascale Cavellat
210 € /an

MERCREDI

Espagnol 9 h 30 - 10 h 45

avec Maria Martinez Collado
165 € /an

Yoga 10 h 00 - 11 h 00

avec Pascale Cavellat
210 € /an

Arts graphiques 14 h 00 - 15 h 30

Les ARTS GRAPHIQUES vus AUTREMENT
90 € / trimestre avec Christian Lafay

Zumba kids de 7 à 11 ans 14 h 30 - 15 h 30

avec Ophélie Wuytack de 4 à 6 ans 15 h 40 - 16 h 40
150 € /an

Djembé Pour enfants à partir de 5 ans 17 h 00 - 17 h 45

avec Pazo
140 € /an

Formation musicale 19 h 00 - 20 h 00

avec Danièle Berger
145 € /an

Chorale 20 h 15 - 21 h 45

avec Danièle Berger
61 € /an

JEUDI

Sophrologie Tout public 9 h 30 - 10 h 45

avec Isabelle Roncoroni
195 € /an ou 10 séances - 90 €
niveau avancé : jour et horaire à déterminer.

Cours d'informatique 9 h 30 - 11 h 30

avec Rachel Garniron
8 séances de 2 h pour DÉBUTANT -170 €
8 séances de 2 h « POUR ALLER PLUS LOIN » -170 €
Séances de 2 h à la carte :
retouche photos, tableur, ... - 50 €

Anglais

avec Corinne Dzuilka-Heywood
à partir du 28 septembre

20 séances de 1 h 30 Intermédiaire / avancé 17 h 45 - 19 h 15
145 € /an

20 séances de 1 h Débutant 19 h 30 - 20 h 30
120 € /an

Renforcement musculaire

avec Julie Jeandenans

200 € /an

200 € /an

Intensité modérée 18 h - 19 h 15

Cardio - intense 19 h 15 - 20 h 45

VENDREDI

Zumba

avec Ophélie Wuytack

ZUMBA GOLD Tout public / débutant 18 h 30 - 19 h 20

ZUMBA classique 19 h 30 - 20 h 30

ZUMBA STRONG Renforcement en musique 20 h 40 - 21 h 30

185 € /an

SAMEDI

Danses Balkans-Grèce 14 h - 16 h 30

avec Joanna Vassileiou et Lydie Canaguier

20 € /an - un samedi par mois

SORTIES

en journée ou soirée

Départ en bus de Salins pour un spectacle, une visite de musée, etc : vos suggestions sont les bienvenues

Le 5 octobre Concert d'Olivia Ruiz à Dole

STAGES

Inscriptions dès septembre, avec versement d'arrhes.
Annulation possible faute de participants.

Les arts graphiques autrement

avec Christian Lafay9 h 30 - 16 h 30

« l'eau et ses reflets » - samedi 11 novembre

« la nature, les animaux » - samedi 17 mars

Autre stage sur demande et date au choix

60 € la journée. Techniques pastel, aquarelle acrylique avec base de dessin. Matériel fourni

Do it yourself.....14 h 00 - 18 h 00

avec Emilie Saillard

Objets, déco, cadeaux, recettes à faire soi même

les samedis / 25 novembre / 3 février et 26 mai

Adultes et enfants à partir de 8 ans, matériel compris.

4 pers. Minimum.

38 € - Une séance / Prix dégressif

Soin énergétique.....10 h 00 - 17 h 30

Apprendre le SOIN ÉNERGÉTIQUE, ça développe la CONFIANCE EN SOI / avec Catherine Rigal

Cycle 1

dimanches 10 décembre, 21 janvier, 11 mars et 27 mai

Cycle 2

dimanches 26 novembre, 4 février, 25 mars et 6 mai

70 € /séance - 230 € le cycle complet

L'école du Cirque.....9 h 00 - 17 h 00

sous CHAPITEAU à SALINS avec David et Jonas de VAETVIENT

du 16 au 20 avril avec spectacle final vendredi soir

180 € : enfants à partir de 7 ans.

Initiation à la Poterie

avec Virginie Blanchard à La Chapelle sur Furieuse

50 € la 1/2 journée / Prix dégressif

Adhésion

Le paiement d'une cotisation permet d'être adhérent et de soutenir ALTHAÏR dans ses projets.

C'est un acte volontaire.

Individuelà partir de 14 euros

Familleà partir de 21 euros

Association, entreprise, collectivité...à partir de 30 euros

Profitez-en !

-10 % de remise à partir du 2^{ème} atelier

Paiement en plusieurs fois possible

Chèques Vacances ANCV, coupons Sport

CARTE AVANTAGE JEUNES : 15 % de remise sur les stages.



Pour les adhérents, tarif réduit sur :



Nous contacter



09 61 44 01 38



associationalthair@orange.fr

www.facebook.com/assoc.althair

PERMANENCES

LUNDI et MARDI: 13 h 30 – 17 h 00

JEUDI et SAMEDI : 9 h 00 – 12 h 00

73 rue de la république

39110 Salins les Bains

