

CLUB ATHEON

f clubatheon

www.clubatheon.COM

DANSE

CLASSIQUE
MODERN'JAZZ
HIP HOP
BREAK DANCE
CONTEMPORAINE
COMPAGNIE ATHÉNÉ
STAGES ADULTES

SPORT

TENNIS
ESCALADE
BASEBALL
ROLLER

SPORT SANTÉ

AÏKITAÏSO

ARTS MARTIAUX

JUDO
TAEKWONDO
SHAOLING KUNG FU
KARATÉ

CHANBARA
KENDO
IAÏDO

AMERICAN KENPO
GRAPPLING-MMA
AÏKIDO

KRAV MAGA
CAPOEIRA
BOXE EDUCATIVE

BIEN ÊTRE

YOGA
PILATES - YOGA
TAÏ CHI - QI GONG

GYM - CIRQUE

BABY GYM
ÉCOLE MULTISPORTS
GYMNASTIQUE
RYTHMIQUE
ARTS DU CIRQUE

FITNESS

CIRCUIT MINCEUR
FIT BOXING
PILATES
FIT DANSE
AUTO-MASSAGE
BARRE AU SOL
STRETCHING
GYM DOUCE
CIRCUIT TRAINING
CAF
CULTURE PHYSIQUE
BODY SCULPT

COACHING

MUSCULATION
COACHING À DISTANCE
COACHING À LA CARTE



GYMNASE JEAN BOUIN PARIS

26 avenue du Général Sarrail - 75016 PARIS

e-mail : clubatheon@gmail.com

Tél: 06 59 44 39 09



À DÉCOUVRIR

COACHING
À DISTANCE
MUSCULATION LIBRE



SPORT SANTÉ
AÏKITAÏSO



ANNIVERSAIRES
ESCALADE



DANSE
CONTEMPORAINE



ARTS DU CIRQUE
SAMEDI MATIN



COMPAGNIE DE DANSE
ATHÉNÉ

CRÉATION DE SPECTACLES



SOMMAIRE

DANSE	p. 4	
FITNESS	COACHING	p. 5 à 8
GYM - CIRQUE	p. 9	
ARTS MARTIAUX	p. 10 à 14	
BIEN-ÊTRE	SPORT SANTÉ	p. 14 à 15
SPORTS	p. 15 à 19	
STAGES	p. 20	

Inscription en ligne obligatoire sur notre site www.clubatheon.com

Les tarifs comprennent le droit d'entrée de 25 €.

Le droit d'entrée n'est payable qu'une seule fois par an. Il comprend l'assurance en cas d'accident. Ce droit d'entrée n'est pas remboursable.

Les places par atelier étant limitées, aucun remboursement de cotisations ne pourra être effectué par le Club Athéon. Les frais d'impayés sur un chèque qui reviendrait de la banque seront à la charge du débiteur. Nous pouvons être amenés à annuler une activité en cours d'année, notamment si le nombre de participants est insuffisant. Dans ce cas, le remboursement des sommes perçues est effectué au prorata temporis et libère notre association de tout engagement.

Nos prix tiennent compte des vacances scolaires ainsi que des jours fériés.

Les horaires choisis à l'inscription pourront être modifiés par le professeur.

L'Association Club Athéon n'est responsable des mineurs que pendant la durée des ateliers.

L'Association Club Athéon décline toute responsabilité en cas de vol des objets dans ses locaux.

Pièces à fournir obligatoirement :

- Certificat Médical d'absence de contre indication en compétition pour la discipline concernée. Il est valable 3 ans à condition chaque année de remplir le questionnaire QS Sport et d'attester sur l'honneur répondre «NON» à toutes les questions.

- Une photo d'identité à télécharger en format JPEG lors de l'inscription en ligne, uniquement pour les nouveaux adhérents.

Accès : Métro : Michel-Ange Molitor - BUS : 52 - 123 - PC.

Le Club Athéon est situé entre le magasin Carrefour et le Parc des Princes.

Mon 1^{er} cours
de danse

LUNDI :
17h15 - 18h15

De 4 à 5 ans

PROFESSEUR :
Melissa CUCO

CLASSIQUE

PROFESSEUR : Sandra AUFFRET

Gymnase Jean Bouin - Salle de danse - 2^{ème} étage

MERCREDI :	5 à 6 ans	14h00 - 15h00
JEUDI :	7 à 10 ans	17h15 - 18h15



MODERN' JAZZ

PROFESSEUR : Sandra AUFFRET

Gymnase Jean Bouin - Salle de danse - 2^{ème} étage

MERCREDI :	6 à 7 ans (débutants)	13h00 - 14h00
JEUDI :	13 ans et + (confirmés)	18h15 - 19h45
VENDREDI :	8 à 9 ans (avancés)	17h00 - 18h00
	10 ans et + (tous niveaux)	18h00 - 19h30

Spectacle

Création
d'une grande
représentation
de danse en
fin d'année
dans une salle
de spectacle
pour toutes nos
sections

HIP HOP

PROFESSEUR : Julie RIVAT

Gymnase Jean Bouin - Salle de danse - 2^{ème} étage

MARDI :	7 à 10 ans (débutants)	17h00 - 18h00
	10 ans et + (intermédiaires)	18h00 - 19h00
	13 ans et + (confirmés)	19h00 - 20h00

BREAK DANCE

PROFESSEUR : Matthieu «Bboy Bruce Wayne»

Gymnase Jean Bouin - Dojo - 1^{er} étage

MARDI :	7 à 10 ans (débutants)	17h00 - 18h00
	10 ans et + (confirmés)	18h00 - 19h00
	10 ans et + (intermédiaires)	19h00 - 20h00

CONTEMPORAINE

Le ressenti, la personnalité et l'interprétation sont prédominants tout en laissant la place à l'imagination.

PROFESSEUR : Melissa CUCO

Gymnase Jean Bouin - Salle de danse - 2^{ème} étage

LUNDI :	10 ans et + (tous niveaux)	18h15 - 19h30
---------	----------------------------	---------------

TARIF unique pour pratiquer jusqu'à 3 disciplines : **340 €** (- de 10 ans) **350 €** (10 ans et +)

— COMPAGNIE JUNIOR «Athéné» —

CRÉATION DE SPECTACLES - Chorégraphe : Julie RIVAT

SAMEDI :

13h00 - 15h00

Compagnie de danse junior pour danseurs amateurs d'un bon niveau de danse. La participation aux cours se fait sur sélection lors d'une audition de début de saison. Un apprentissage technique fondamental et un travail de création sont effectués en danse Hip Hop, Street Jazz et Modern'Jazz. Les qualités artistiques seront mises en valeur lors de représentations, de spectacles, ou d'avant-première d'événements culturels ou sportifs.

TARIF pour la saison : **120 €**
470 €

pour les adhérents en Danse
pour les non adhérents

Stages de danse Adultes

3 SESSIONS sur la saison

Au gymnase Jean Bouin - Salle de danse - 2ème étage

VENDREDI 19h30- 21h30

12 octobre 2018 : Thème Mickael Jackson

25 janvier 2019 : Thème Cabaret

29 mars 2019 : Thème Latino et danse de salon

TARIF à partir de 25 € selon les formules

Renseignements sur notre site internet : www.clubatheon.com

PILATES MATWORK

30' de CARDIO et 45' à 1h de PILATES MATWORK



PROFESSEUR : Patricia NAOURI

Méthode spécifique et très efficace de Pilates au sol avec petit matériel (Gros ballon, Cercle, Rouleau...) pour renforcer les muscles essentiels à une bonne posture tout en gagnant en souplesse et en amplitude.

Gymnase Jean Bouin - Salle de Fitness - 2^{ème} étage

MERCREDI :

09h00 - 10h30

VENDREDI :

12h15 - 13h30

TARIF pour la saison - 1 cours par semaine : **420 €**

TARIF pour les adhérents Fitness Athéon : **275 €**

TARIF pour la saison - 2 cours par semaine : **625 €**

TARIF pour les adhérents Fitness Athéon : **385 €**



FITNESS JEUNES

STEP - LIA - RENFO - CARDIO

PROFESSEUR : Michel CHIEZE

Lycée La Fontaine - Salle Murat

MERCREDI 12 ans et + : *CARDIO (STEP - LIA - COMBAT)*
RENFO (ABDOS - BODY SCULPT)

14h00 - 14h45

14h45 - 15h30

TARIF pour la saison : **200 €**

FIT DANSE

PROFESSEUR : Yvie RIERA

Rencontre entre le Fitness et la Danse.

Les exercices reprennent les bases de la danse et spécifiquement la danse classique avec des rythmes et répétitions du Fitness.

Gymnase Jean Bouin - 2^{me} étage

MARDI :

09h30 - 10h30

TARIF pour la saison : **290 €**
Inclus dans la formule FITNESS ILLIMITÉ

PILATES - YOGA

PROFESSEUR : Patricia NAOURI

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

LUNDI :

10h30 - 11h15

TARIF pour la saison : **290 €**
Inclus dans la formule FITNESS ILLIMITÉ

AUTO-MASSAGE STRETCHING

PROFESSEUR : Patricia NAOURI

Anti-cellulite, drainage lymphatique et rééducation.

Détendre ses muscles et soulager les zones musculaires douloureuses autour de techniques spécifiques de stretching et d'auto-massage à l'aide d'un petit rouleau (Foam Roller), d'haltères et de balles à picots.

LUNDI :

11h15 - 12h00

TARIF pour la saison : **290 €**
Inclus dans la formule FITNESS BASIC

FITNESS ADULTES (dès 15 ans)



Gymnase Jean Bouin - 2^{ème} étage Salle de Fitness et Studio Training

Plusieurs cours sont proposés : des cours collectifs, des cours de fitness spécifiques et des cours en petit groupe de 4 personnes dans notre Studio d'entraînement.

2 FORMULES DE COTISATION :

- **FITNESS BASIC** : accès aux créneaux de **cours collectifs**

TARIF pour la saison : **450 €**

- **FITNESS ILLIMITÉ** : accès à tous les cours, **cours collectifs**, **cours studio** et **cours spécifiques**

TARIF pour la saison : **550 €**

LUNDI

10h00 - 10h45

10h45 - 11h30

18h45 - 19h30

19h30 - 20h15

MARDI

09h30 - 10h30

10h30 - 11h15

11h15 - 12h00

MERCREDI

09h00 - 09h45

09h45 - 10h30

18h30 - 19h15

19h15 - 20h15

JEUDI

09h30 - 10h15

10h15 - 11h00

11h00 - 11h45

VENDREDI

10h15 - 11h00

11h00 - 11h45

SAMEDI

09h30 - 10h15

10h15 - 11h00

11h00 - 11h45

DIMANCHE

09h45 - 10h30

**Dimanche
SPORT
en famille**

10h30- 12h00

- Venez découvrir le CROSS TRAINING en famille ou entre amis, sous une forme ludique et conviviale, avec des exercices cardio et de renforcement musculaire adaptés à tous.

- Formule MULTISPORTS pour vos enfants (à partir de 4 ans), encadrés par des moniteurs diplômés, pendant votre séance de sport.

TARIFS à la carte et dégressifs selon les formules (détails sur notre site internet)

PILATES YOGA
AUTO-MASSAGE STRETCHING
CIRCUIT MINCEUR
CIRCUIT MINCEUR

FIT DANSE
BODY SCULPT
BARRE AU SOL

GYM DOUCE
STRETCHING
CARDIO - RENFO
YOGA

FIT BOXING
CAF (Cuisses Abdos Fessiers)
STRETCHING

CIRCUIT TRAINING
PILATES

CIRCUIT MINCEUR
CIRCUIT MINCEUR
CIRCUIT MINCEUR

CULTURE PHYSIQUE

MUSCULATION LIBRE COACHING À DISTANCE

Définissez les objectifs et le programme de votre entraînement avec notre Coach lors d'une séance individualisée. Bénéficiez d'un suivi à distance via notre application pour smartphone.

Entraînez-vous selon 2 options :

Entraînement PRIVÉ

Réservez votre créneau privé pour vous entraîner seul ou avec des proches (jusqu'à 3 personnes).

Entraînement PARTAGÉ

D'autres personnes peuvent s'inscrire sur votre créneau dans la limite de 3 personnes.

2 mois de coaching à distance est inclus dans les 2 formules avec 2 séances de coaching individualisées pour vous accompagner durant cette période.

TARIF pour la saison : à partir de **320 €**

Détail des différents tarifs et de nos prestations sur notre site internet : www.clubatheon.com



COACHING À LA CARTE

Nous vous proposons des créneaux de Coaching à des tarifs très préférentiels, vous permettant d'individualiser votre entraînement et sans engagement.

MERCREDI : *5 créneaux possibles* 08h30 - 13h30
VENDREDI : 12h15 - 13h15

Profitez d'un coaching personnalisé ou en petit groupe de 2 à 4 personnes (amis, famille...).

Carte de 10 séances, valable sur la saison sportive avec des tarifs qui se déclinent en fonction du nombre de personnes par cours.

TARIF à partir de **25 €** la séance d'1 heure

Détail des différents tarifs sur notre site internet : www.clubatheon.com

BABY GYM

PROFESSEUR : Sandra AUFFRET

L'enfant apprend à connaître son corps, ses partenaires, son environnement, les premières règles des jeux collectifs. Au cours de l'année, différents cycles de découverte du sport se succèdent : gymnastique, athlétisme, sports de ballon... Chaque séance est organisée autour d'un parcours spécifique adapté à l'âge des enfants.

Gymnase Jean Bouin - Salle Multisports - 2^{ème} étage

SAMEDI : *2 ans 1/2 à 3 ans 1/2* 09h30- 10h15

TARIF pour la saison : 290 €

Cours
de Fitness

Pour les parents
le samedi pendant
les cours de Baby
Gym et d'École
Multisports des
enfants

Renseignements
sur notre
site internet

ÉCOLE MULTISPORTS

PROFESSEUR : Sandra AUFFRET

De 4 à 6 ans, l'acquisition d'habiletés motrices est très favorable et il est important d'élargir le répertoire gestuel en améliorant notamment les capacités de coordination. C'est pourquoi nous proposons l'École Multisports pour solliciter les enfants sur de nombreux environnements sportifs : Parcours gymniques, Parcours Athlétiques, Jeux d'opposition, Eveil corporel, Jeux collectifs, Jeux de raquettes, Arts du cirque...

Gymnase Jean Bouin - Salle Multisports - 2^{ème} étage

SAMEDI : *4 à 5 ans* 10h15 - 11h00

5 à 6 ans 11h00 - 11h45

TARIF pour la saison : 290 €

GYM - CIRQUE

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

PROFESSEUR : Valérie OBELLIANNE

Gymnase Jean Bouin

MERCREDI : *7 à 11 ans* 12h00 - 12h45

4 à 6 ans 12h45 - 13h30

TARIF pour la saison : 290 €

ARTS DU CIRQUE

PROFESSEUR : Maurine PARISOT

Cours pluridisciplinaires avec une pédagogie adaptée à l'âge et au niveau des groupes sur différents univers : Jonglerie, Equilibre, Acrobatie, Jeu d'acteur... avec la manipulation ou l'utilisation de nombreux éléments des arts du cirque. Création d'un spectacle en fin d'année, en commun avec nos sections de danse et de gym, dans un théâtre.

Gymnase Suchet, Square Henri Bataille 75016 Paris

SAMEDI : *Maternelles* 10h00 - 11h00

2 groupes : Primaires et Collège 11h00 - 12h00

TARIF pour la saison : 290 €

AIKIDO (dès 14 ans)

PROFESSEUR : Hervé DIZIEN, 7^{ème} Dan BE, Responsable Technique National GHAAN

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

LUNDI : 18h30 - 20h00

VENDREDI : 18h30 - 20h00

TARIF pour la saison : 325 € Licence Fédérale incluse

JUDO VIII^{ème} ARR



Gymnase Roquepine - 18, rue Roquépine

PROFESSEUR : Raphaël LAFFONT

MERCREDI : 7 à 12 ans 12h00 - 13h15

4 à 6 ans 13h15 - 14h00

SAMEDI : 7 à 12 ans 12h00 - 13h10

4 à 6 ans 13h10 - 14h00

TARIF pour la saison : 250 € Licence Fédérale incluse

Centre sportif Jacqueline Auriol (ex : Beaujon) - 7, allée Louis de Funès

PROFESSEURS : Guillaume ANDRAULT, Jonathan DENIS et Achraf BAKKALI

LUNDI : 6 à 7 ans 17h00 - 18h00

MARDI : 4 à 5 ans 17h00 - 17h45

8 à 9 ans 17h45 - 18h45

MERCREDI : Dojo 4 ans 13h45 - 14h30

5 à 6 ans 14h30 - 15h15

6 à 7 ans 15h15 - 16h15

8 à 9 ans 16h15 - 17h30

12 ans et + 17h30 - 19h00

Salle multisports 4 à 5 ans 16h00 - 16h45

10 à 12 ans 16h45 - 18h00

JEUDI : 5 à 6 ans 17h00 - 17h45

10 ans et + 17h45 - 18h45

TARIF pour la saison : 250 € Licence Fédérale incluse

JUDO XVI^{ème} ARR



Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

PROFESSEURS : Christian BOISFER, Guillaume ANDRAULT et Raphaël LAFFONT

MERCREDI :	4 à 5 ans (débutants)	13h15 - 14h00
	4 à 5 ans (1 ou 2 liserés)	14h00 - 14h45
	5 à 6 ans	14h45 - 15h45
	7 à 8 ans	15h45 - 16h45
	9 à 11 ans	16h45 - 18h00
	12 à 15 ans	18h00 - 19h30
VENDREDI :	15 ans et + , adultes	19h30 - 21h00
	7 à 10 ans	17h15 - 18h15
	SAMEDI :	
Dojo - 1 ^{er} étage	7 à 8 ans	14h30 - 15h30
	9 à 11 ans	15h30 - 16h45
	12 ans et +	16h45 - 18h15
Salle multisports - 2 ^{ème} étage	4 à 5 ans (débutants)	15h00 - 16h00
	5 à 6 ans	16h00 - 17h00

TARIF pour la saison : **305 €** Licence Fédérale incluse

Option
JUDO
2 cours/sem

Disponible pour tous nos adhérents judo à partir de 7 ans et sur l'ensemble de nos cours dans le 16^{ème} et le 8^{ème} arrondissement au tarif préférentiel de 50 € (en plus de la cotisation initiale)

SHAOLIN KUNG FU

PROFESSEUR : Gaston LÊ

Pour les cours du lundi et du mercredi : Gymnase Jean Bouin - 2^{ème} étage

Pour le cours du vendredi : Salle Sainte Jeanne, 98 Boulevard Murat 75016 Paris

COURS ENFANTS de 7 à 11 ANS

MERCREDI : Kung Fu classique 17h15 - 18h15

TARIF pour la saison : **305 €** Licence Fédérale à la demande

COURS ADULTES

LUNDI : 19h30 - 21h00

VENDREDI : 18h30 - 20h00

TARIF pour la saison : **390 €** Licence Fédérale à la demande

ARTS MARTIAUX

KARATÉ

PROFESSEUR : Éric LAZZARO

Gymnase - 14 rue de Paris , 92100 Boulogne Billancourt

LUNDI : *Adultes, 14 ans et +* 20h00 - 21h30

Lycée La Fontaine - Dojo Murat

MERCREDI : *6 à 10 ans* 15h30 - 16h30
11 à 15 ans 16h30 - 17h30

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

JEUDI : *Adultes, 14 ans et +* 20h00 - 21h30
SAMEDI : *Ouvert à tous* 11h00 - 12h30
Ouvert à tous 13h00 - 14h30

TARIF Enfants pour la saison : **300 €** *Licence Fédérale incluse*

TARIF Adultes pour la saison : **340 €** *Licence Fédérale incluse*

— ÉCOLE D'ESCRIME JAPONAISE —

PROFESSEUR : Jacques FONFREDE

Co-entraîneur de l'équipe de France de Chanbara, 7^{ème} Dan et arbitre international

Pour les cours du mardi, vendredi et samedi : Gymnase Jean Bouin - 1^{er} et 2^{ème} étage

Pour les cours du mercredi : Dojo Murat - Lycée La Fontaine, 1 place de la Porte de Molitor 75016 Paris

CHANBARA *Escrime japonaise libre*

SAMEDI : *Ouvert à tous* 09h30 - 11h00

KENDO - IAÏDO

MARDI : *Adultes, 11 ans et +* 19h45 - 21h45

MERCREDI : *Adolescents* 17h30 - 19h00

VENDREDI : *Adultes, 11 ans et +* 19h30 - 22h00

TARIF pour la saison :

Chanbara enfant (-10 ans) : 300 €

Kendo Adolescents (cours du mercredi uniquement) : 300 €

Formule École d'Éscrime Japonaise : 415 € (*accès illimité à tous les cours*)

Licence Fédérale à la demande

AMERICAN KENPO (dès 14 ans)

Méthode 5.0, Jeff Speakman's & Jiu-Jitsu Brésilien

PROFESSEUR : Jean-Louis MBONGO

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

MARDI :	Adultes, 14 ans et +	20h30 - 22h00
VENDREDI :	Adultes, 14 ans et +	20h00 - 21h30

TARIF pour la saison : **360 €**

GRAPPLING - MMA (dès 16 ans)

PROFESSEUR : Raphaël LAFFONT

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

LUNDI :	Adultes, 16 ans et +	20h00 - 21h30
JEUDI :	Adultes, 16 ans et +	18h30 - 20h00
SAMEDI :	forme adaptée pour les jeunes de 12 à 16 ans	17h00 - 18h15

TARIF pour la saison : **250 €** Licence Fédérale à la demande

**Cours de
Cross Training**

Ouvert aux adhérents Arts Martiaux du Club
tarif préférentiel de 50€
JEUDI de 20h15 à 21h00

CAPOEIRA (Groupe Capoeira Brasil)

PROFESSEUR : Steeve COYERE (BOCAO)

Pour les cours du lundi (enfants uniquement) : Dojo du gymnase Jean Bouin

Pour les autres cours : Salle de Danse du Gymnase Suchet, Square Henry Bataille 75016 Paris

COURS ENFANTS ET JEUNES

LUNDI :	4 à 7 ans	17h30 - 18h30
SAMEDI :	8 à 11 ans et 12 à 15 ans	16h00 - 17h30

TARIF pour la saison : **250 €** de 4 à 11 ans
270 € de 12 à 15 ans

COURS ADULTES

LUNDI :	20h30 - 22h00
MERCREDI :	20h30 - 22h00
SAMEDI :	17h30 - 19h00

TARIF pour la saison : **390 €** 3 cours par semaine
270 € 1 ou 2 cours par semaine

ARTS MARTIAUX

TAEKWONDO

PROFESSEUR : Max RAJAONARISOA

Gymnase Jean Bouin - 2^{ème} étage

MERCREDI :

5 à 9 ans

15h00 - 16h00

10 à 15 ans

16h00 - 17h15

TARIF pour la saison : **325 €** *Licence Fédérale incluse*

À PARTIR DE 15 ANS : COURS DISPENSÉS PAR L'ASSOCIATION RANDORI

Gymnase Jacques Goddet : rue Jean-Jacques Rousseau 92130 Issy-les-Moulineaux

MARDI :

19h30 - 21h00

JEUDI :

19h30 - 21h00

TARIF pour la saison : **337 €** *Licence Fédérale incluse*

KRAV MAGA

PROFESSEURS : Raphaël SEVERIN, Arthur LEGENTIL, Marius BENAÏTIER

Gymnase, 14 rue de Paris, 92100 Boulogne

LUNDI :

Adultes, 14 ans et +

20h00 - 21h30

Lycée La Fontaine - Dojo Murat

MERCREDI :

Adultes, 14 ans et + (débutants)

19h00 - 20h30

Adultes, 14 ans et + (avancés)

19h30 - 21h00

TARIF pour la saison : **375 €** *Licence Fédérale incluse*

avec accès également aux cours dispensés par l'association Randori (www.randori-issy.fr)

BOXE EDUCATIVE

PROFESSEUR : Raphaël LAFFONT

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

JEUDI :

6 à 11 ans

17h00 - 18h15

TARIF pour la saison : **250 €** *Licence Fédérale non incluse*

TAÏ CHI - QI GONG

PROFESSEUR : Gaston LÉ

Gymnase Jean Bouin - 2^{ème} étage

LUNDI :

19h30 - 21h00

JEUDI :

20h00 - 21h30

TARIF pour la saison : **365 €**

YOGA

HATHA YOGA

COURS A PARTIR DE 16 ANS ET ADULTES

PROFESSEUR : Michelle MARCEROU

Lycée Janson de Sailly, 106 rue de la Pompe, 75016 Paris

MARDI :	<i>Avancés</i>	19h00 - 20h30
JEUDI :	<i>Débutants</i>	19h00 - 20h30

PROFESSEUR : Patricia NAOURI

Gymnase Jean Bouin - 2^{ème} étage

MERCREDI :		19h15-20h15
------------	--	-------------

TARIF pour la saison : À partir de **290 €** selon les formules
Des possibilités de cours à la carte - se renseigner

SPORT SANTÉ - AÏKITAÏSO

En partenariat avec l'association ACME Labelisée Sport Santé. PROFESSEUR : Pascal HEYDACKER

Une activité douce et complète de développement physique et mental accessible à tous, et plus particulièrement aux personnes souffrant de **problèmes articulaires**, de **problèmes de dos**, mais aussi pour **les femmes en pré ou post-natal** qui souhaitent une activité physique adaptée. Un bilan régulier est réalisé et nous pouvons assurer la liaison avec le médecin traitant.

Gymnase Jean Bouin - Dojo 1^{er} étage

MARDI :		10h00 - 11h30
JEUDI :		10h00 - 11h30

TARIF pour la saison : **280 €**

BASEBALL

PROFESSEUR : Enrique VILLALBA

Dalle Sarraïl : 8 avenue du général Sarraïl, 75016 PARIS

LUNDI :	<i>9 à 14 ans</i>	17h30- 19h00
MERCREDI :	<i>9 à 14 ans</i>	14h00- 15h30

TARIF à la CARTE de 10, 20 ou 25 séances, à partir de **10 €** le cours

BIEN ÊTRE

SPORT SANTÉ

SPORTS

TENNIS

PROFESSEURS :

Arnaud LAIZE (Responsable jeunes), Julien PERRIN (Responsable Adultes), Etienne KEDE AYISSI

COURS COLLECTIFS

NIOX - Court couvert

12, quai St-Exupéry, 75016 Paris



Cours Enfants de 4 à 10 ans

MERCREDI :	8 à 9 ans	13h00 - 14h00
	9 à 10 ans	14h00 - 15h00
SAMEDI :	4 à 5 ans	10h00 - 11h00
	6 à 7 ans	11h00 - 12h00
	8 à 10 ans	12h00 - 13h00

Cours Jeunes de 10 à 17 ans

LUNDI :	10 à 14 ans initiation	18h00 - 19h00
MARDI :	14 à 17 ans initiation	18h00 - 19h00
MERCREDI :	10 à 14 ans initiation	15h00 - 16h00
	10 à 14 ans perfectionnement	16h00 - 17h00
	10 à 14 ans compétition niveau 1	17h00 - 18h00
	10 à 14 ans compétition niveau 2	18h00 - 19h00
	14 à 17 ans compétition niveau 3	19h00 - 20h00
JEUDI :	10 à 14 ans perfectionnement	18h00 - 19h00
VENDREDI :	14 à 17 ans perfectionnement	18h00 - 19h00

Cours Adultes

LUNDI, MARDI, JEUDI et VENDREDI :	19h00 - 22h00
MERCREDI :	20h00 - 22h00

Contactez le secrétariat tennis en précisant votre niveau pour un placement sur un cours adapté

TARIF pour la saison

Enfants et Jeunes : 480 € (6 élèves maximum par cours)

Licence Fédérale à la demande 20 €

Adultes : 595 € (4 élèves maximum par cours)

Licence Fédérale à la demande 29 €

MONTHERLANT - Court découvert - 32, bvd Lannes, 75016 Paris

Cours Enfants de 7 à 9 ans

MERCREDI :	7 à 9 ans débutants	13h00 - 14h00
	7 à 9 ans 1 à 2 ans de tennis	14h00 - 15h00
JEUDI :	7 à 9 ans	17h00 - 18h00
VENDREDI :	7 à 9 ans tous niveaux	16h00 - 17h00
SAMEDI :	7 à 9 ans	09h00 - 10h00

Cours Jeunes de 10 à 18 ans

MERCREDI :	10 à 12 ans	15h00 - 16h00
	11 à 13 ans	16h00 - 17h00
	14 à 15 ans	17h00 - 18h00
	16 à 17 ans	18h00 - 19h00
JEUDI :	10 à 14 ans perfectionnement	18h00 - 19h00
SAMEDI :	10 à 12 ans	10h00 - 11h00
	14 à 15 ans	11h00 - 12h00
	11 à 13 ans	12h00 - 13h00
	14 à 17 ans	14h00 - 15h00
	17 à 18 ans	15h00 - 16h00

Cours Adultes

JEUDI :		
Montherlant court découvert	perfectionnement	19h00 - 20h00
Wimille* court couvert	perfectionnement et avancés	20h30 - 21h30
VENDREDI :	Wimille* court couvert	19h30 - 21h30

* Stade JP Wimille - Porte Dauphine - Court couvert

TARIF pour la saison - *Licence Fédérale incluse* - 1h de cours par semaine :

Jeunes : 425 €

Adultes Montherlant : 475 € - Adultes Wimille : 595 €

TENNIS A LA CARTE

Possibilités le MERCREDI et le SAMEDI

NIOX

Samedi 13h00 - 18h00

DALLE SARRAIL

Mercredi 17h00 - 19h00

Court Découvert, 8 avenue du Général Sarrail 75016 PARIS

Samedi 14h00 - 19h00

TARIF à la CARTE de 10 ou 20 séances, à partir de **15 €** le cours

Plus d'informations et inscriptions sur notre site internet

ESCALADE



PROFESSEURS : Julien LANGHAM, Virginie LOISON et Benjamin CASPAR

Stade/Gymnase Suchet - Square Henri Bataille, 75016 Paris

Cours collectifs

LUNDI

17h00 - 18h30
18h30 - 20h00
20h00 - 22h00

7 à 11 ans
11 à 17 ans
Adultes

MERCREDI

13h30 - 15h30
15h30 - 17h00
17h00 - 18h30
18h30 - 20h00
20h00 - 22h00

11 à 14 ans
7 à 11 ans
7 à 11 ans
11 à 17 ans
Adultes

VENDREDI

18h00 - 19h30

11 à 17 ans

SAMEDI

11h00 - 12h30

7 à 11 ans

Cours Famille *Cotisation parent offerte pour ces cours*

SAMEDI

09h00 - 10h00
10h00 - 11h00

3 à 7 ans enfant + parent
3 à 7 ans enfant + parent

Anniversaires

3 CRÉNEAUX POSSIBLES
SUR RÉSERVATION :

SAMEDI

14h00 - 16h00
16h30 - 18h30

DIMANCHE

14h00 - 16h00

TARIF : 160 € pour 8
enfants minimum

5 € par participant supplémentaire
avec un maximum de 12 enfants



Cours particuliers

Sur demande

Pratique libre encadrée

LUNDI 20h00 - 22h00

MERCREDI 20h00 - 22h00

JEUDI 18h45 - 20h00*
20h00 - 22h00

SAMEDI *Selon les réservations anniversaires* 16h30 - 18h30

DIMANCHE *Selon un calendrier* 11h00 - 13h00

** Préparation spécifique possible aux épreuves d'escalade du baccalauréat et de l'option EPS sur ces créneaux
Se renseigner*

Pour les cours collectifs, les cours particuliers et la pratique libre :

- L'ensemble du matériel est mis à disposition par l'association
- Encadrement permanent par des professeurs diplômés d'état
- Ouverture de nouvelles voies chaque semaine

TARIFS ENFANTS

3 à 7 ans

Cours collectifs - 1h de cours par semaine : 325 €

Cotisation offerte pour le parent accompagnateur

7 à 10 ans

Cours collectifs - 1h30 de cours par semaine : 350 €

11 à 17 ans

Cours collectifs - 1 cours par semaine : 375 €

Cours collectifs + pratique libre illimitée : 450 €

Pratique libre uniquement : 290 €

TARIFS ADULTES *17 ans et +*

1 cours collectif + pratique libre illimitée : 475 €

Pratique libre en illimité : 365 €

Licence FFME en option et à la demande

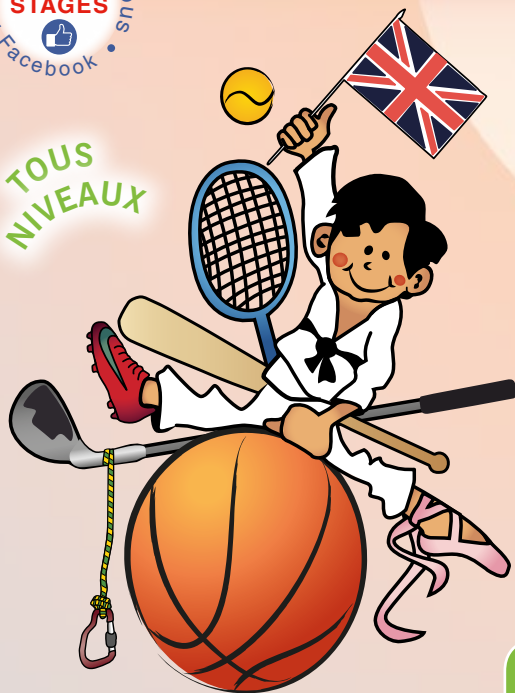
Pour vos enfants de 4 à 15 ans

STAGES VACANCES SPORT ET ANGLAIS À PARIS

Rejoignez-nous

**ATHEON
STAGES**
sur Facebook

TOUS
NIVEAUX



CLUB
ATHEON
f clubatheon www.clubatheon.COM

GYMNASSE JEAN BOUIN PARIS

26 avenue du Général Sarraill - 75016 PARIS
e-mail : atheonstages@gmail.com

06 98 24 00 16



9 FORMULES

4 à 15 ans :

Stages Multisports

7 à 15 ans :

Stages Anglais & Sport

Stages de Tennis

Stages d'Escalade

Stages de Danse

Stages de Golf

Stages de Judo

Stages de Basket-ball

Stages de Football

Combinaison des formules possible

SEMAINES DE STAGES

Vacances de la Toussaint :

1^{ère} semaine des vacances

Vacances d'Hiver :

1^{ère} semaine des vacances

Vacances de Printemps :

1^{ère} semaine des vacances

Vacances d'Été :

1^{ère} quinzaine de juillet