

ASUL Sports Loisirs

Saison 2023-2024

17 rue Pierre Baratin 69100 VILLEURBANNE

04-78-03-53-36 / 06-60-85-35-43

asulsportsloisirs@gmail.com

asl.assoconnect.com



Activités sportives pour tous, dès 2 ans.

Gymnastique Artistique Loisir et Compétition,
Bébés-gym,
Danse (Modern'jazz, Street dance),
Cheerleading,
Cours collectifs Fitness (Zumba, Pilates, Cardio-combat,
Cuisses-abdos-fessiers, Stretching),
Volley-ball,
Badminton
AcroYoga.

Venez pratiquer une activité dans une ambiance conviviale pour :

- Vous épanouir
- Votre bien-être et votre santé
- Partager des moments forts
- Vous défouler
- Vous entretenir physiquement...
- Et surtout pour le plaisir !!!

Alors un seul mot d'ordre pour tous : Bouger !

Les inscriptions se font sur notre site : asl.assoconnect.com

➤ Pour votre inscription à nos cours, vous avez à nous remettre :

➔ Un bulletin d'inscription (à télécharger sur le site),

➔ L'attestation d'avoir répondu NON au questionnaire médical OU un certificat médical de moins d'un an,

➔ Le montant de la cotisation annuelle (faire un paiement pour la ou les activités choisies, **PLUS un autre de 60,00 Euros pour l'adhésion à l'ASL**. Facilités de paiement),

➔ Une photo d'identité,

➤ Pour les activités compétitives : Une demande de licence : UFOLEP (Gymnastique artistique compétition, Volleyball et Badminton TUBA) ou FFFA (Cheerleading).

➤ Pour le cheerleading : Une photocopie recto-verso d'une pièce d'identité ou livret de famille, le document Sportmut et, pour les mineurs, l'autorisation parentale.

➤ **La saison démarre le lundi 11 septembre.**

➤ Les inscriptions se dérouleront **du lundi 4 septembre au mercredi 6 septembre au siège de l'ASUL Sports Loisirs (17 rue Pierre Baratin) de 18h à 20h.**

➤ Les responsables se réservent le droit de modifier le planning en fonction du nombre d'inscrits en créant ou en supprimant des cours afin de garder le bon équilibre de ceux-ci.

➤ Possibilité de faire un cours d'essai.

Pas de cours durant les vacances scolaires.

Pas de remboursement de cotisation.

Nos partenaires

Merci à nos partenaires pour l'aide qu'ils ont pu nous apporter



ENFANTS

60,00 Euros d'adhésion à l'association sont à ajouter aux tarifs des activités indiqués ci-dessous.

La montant total comprend l'adhésion à l'association et l'inscription à l'activité pour l'année. Cette adhésion de 60,00 Euros est individuelle et non remboursable.

Exemple pour une activité bébés-gym : le coût est 60,00 plus 120,00 soit un total de 180,00 €.

Gymnastique Petite enfance	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Bébés-gym 2/3 ans – Samedi de 9h30 à 10h30	Sylvie	(4)	120,00 €
Bébés-gym 3/4 ans – Samedi de 10h45 à 11h45	Sylvie	(4)	120,00 €
Passerelle 4/6 ans – Samedi de 9h30 à 10h30	Eric	(4)	120,00 €
Découverte 6/7 ans – Samedi de 10h45 à 11h45	Eric	(4)	120,00 €
Gymnastique Artistique Loisir (sur agrès)	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Découverte 8/11 ans – Mercredi de 17h à 18h15	Eric	(4)	155,00 €
Gymnastique Artistique Compétition (sur agrès)	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
2 à 3 cours par semaine (Se renseigner auprès du responsable)	Eric	(4)	240,00 ou 290,00 € (+frais de tenue)
Danse (Modern'jazz, street dance)	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
4/6 ans : Mercredi de 16h à 17h	Sylvie	(3)	175,00 €
6/9 ans : Mercredi de 17h à 18h	Sylvie	(3)	175,00 €
9/12 ans : Mercredi de 18h à 19h	Sylvie	(3)	175,00 €
12-16 ans : Mardi de 18h à 19h	Mélanie	(3)	175,00 €
A partir de 17 ans (confirmés): Mardi de 18h30 à 19h45	Sylvie	(3)	175,00 €
Cheerleading	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
3/6 ans - Tiny : Samedi 9h30-10h30	Océane A et Tom	(1)	140,00 €
7/10 ans - Minimes : Lundi et jeudi 18h-19h30	Lorine et Anaïs	(3)	260,00 € (+frais de tenue)
11/13 ans - Cadets : Lundi 18h30-20h et Jeudi 18h-19h45	Célia et Océane D	(6) (4)	260,00 € (+frais de tenue)
14/17 ans - Juniors : Lundi 18h30-20h et Mercredi 18h30-20h	Océane A et D	(6) (4)	260,00 € (+frais de tenue)

LIEU DES ACTIVITES SPORTIVES :

- (1) 17 Rue Pierre BARATIN : **siège** de l'ASL
- (2) 50 Rue Pierre VOYANT : gymnase **Ecole Lazare Goujon**
- (3) 51 rue Pierre Baratin : **complexe sportif Boiron Granger** (1er étage)
- (4) 382 cours Emile Zola : **gymnase de Cusset**
- (5) 214 rue de la Poudrette : **complexe des Brosses** (salle spécialisée gymnastique)
- (6) 12 rue Baudin (face aux pompiers de Cusset) : **gymnase Jeanne Desparmet-Ruello**

N'hésitez pas à vous renseigner sur notre site : <https://asl.assoconnect.com/>

ADOS / ADULTES

60,00 Euros d'adhésion à l'association sont à ajouter aux tarifs des activités indiqués ci-dessous.

Remise en Forme

CAF (Cuisses Abdos fessiers) et Stretching	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Mardi de 9h15 à 10h30	Sylvie	(1)	(voir ci-dessous)
Lundi de 19h15 à 20h30	Sylvie	(3)	(voir ci-dessous)
Mardi de 18h15 à 19h15 (Stretching)	Christ	(2)	(voir ci-dessous)
Jeudi de 18h à 19h15	Sylvie	(2)	(voir ci-dessous)
Jeudi de 19h15 à 20h30	Sylvie	(2)	(voir ci-dessous)
Cardio-Combat (cours cardio-vasculaire chorégraphié)	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Mercredi de 19h15 à 20h15	Christ	(3)	(voir ci-dessous)
Pilates (renfo et étirements : travail des muscles en profondeur)	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Mardi de 19h15 à 20h15	Christ	(2)	(voir ci-dessous)
Mercredi 18h15-19h15 et 20h15-21h15	Christ	(3)	(voir ci-dessous)
Zumba (danse fitness, sur musique latine, amusant)	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Mardi de 19h à 20h	Mélanie	(3)	(voir ci-dessous)

Cotisation Remise en Forme : 165,00 € pour 1 cours /semaine
260,00 € pour 2 cours /semaine
360,00 € pour 3 cours et plus /semaine

Autres activités pour adultes

	Professeur	Lieu	Tarif de l'activité
Badminton loisir - Mardi ou jeudi de 20h à 21h45	Gildas	(4)	130,00 €
Badminton TUBA - Mardi ou jeudi de 20h à 21h45	Gildas	(4)	160,00 €
Cheerleading - Lundi de 20h à 21h45 et Mercredi 20h-21h45	Marine et Océane D	(5) (4)	260,00 € (+frais de tenue)
Danse (Modern'jazz) - Mardi de 20h à 21h30	Mélanie	(3)	240,00 €
Gymnastique Loisir (sur agrès) - Lundi 20h-21h45	Franck	(5)	150,00 €
Volley-ball - Lundi de 20h à 21h45	Céline	(4)	80,00 €
Acro-Yoga			
Lundi de 19h30 à 21h45	varie	(3)	20,00 € (+participation libre)
Mercredi de 19h15 à 21h45	varie	(3)	20,00 € (+participation libre)
Jeudi de 19h30 à 21h45	varie	(3)	20,00 € (+participation libre)
Vendredi de 20h à 21h45	varie	(4)	20,00 € (+participation libre)

(1) Siège – (2) Ecole Lazare Goujon – (3) Complexe Boiron-Granger – (4) Gymnase de Cusset – (5) Complexe des Brosses – (6) Gymnase Jeanne Desparmet (adresses page ci-avant)

N'hésitez pas à vous renseigner sur notre site : <https://asl.assoconnect.com/>