

emblématique et culturelle



sportive et conviviale



Les responsables de section

■ Gymnastique artistique

Chantal BIESSY tél : 04 76 05 68 92

■ Eveil de l'enfant

Emilie GODDARD tél : 06 87 47 51 58

■ Zumba, renforcement musculaire

Chantal RAMBAUD tél : 04 76 65 05 69

■ Sports boules

Jean-Paul VIAL tél : 04 76 65 03 62

■ Basket vétérans

Patrick CHENAVER tél : 06 59 59 84 83

■ Yoga

Annie DHIEN tél : 04 76 65 05 61



Pour la saison 2018 - 2019

l'Union Châbonnaise



vous propose ...

■ Gymnastique artistique aux agrès

Pour s'épanouir, s'exprimer
« à son plus haut niveau »,
acquérir le goût de l'effort
en devenant l'artisan de
sa propre progression
et développer l'esprit d'équipe.



En compétition

Section féminine à partir de 6 ans
Entraînements au gymnase de Châbons
selon les groupes d'âge et de niveau
mardi, mercredi, vendredi
ou samedi
Tarifs annuels :
210 ou 235 € selon les catégories



Section féminine pour les 5 ans
Entraînements
au gymnase de Châbons
samedi de 11 h 15 à 12 h 15
Pas de compétition pour les 5 ans
Tarif annuel : 115 €

NOUVEAU

Pour découvrir son corps

Accueil des enfants de 2 et 3 ans
à la salle des fêtes de Châbons
samedi de 9 h 30 à 10 h 15
Tarif annuel : 80 €



■ Fitness (zumba)

En loisirs



*Pour entretenir et améliorer
sa condition physique.*

Cours le lundi à la salle des fêtes
de Châbons de 19 h 45 à 20 h 45

■ Renforcement musculaire

*Pour raffermir son corps
en douceur
et en profondeur.*



Cours le lundi à la salle des fêtes de Châbons
de 18 h 30 à 19 h 30
Tarifs annuels : 165 € pour une heure / semaine
275 € pour 2 heures / semaine

■ Eveil de l'enfant

En loisirs

*Pour parfaire sa motricité, s'épanouir,
progresser au travers de divers jeux collectifs,
athlétiques, gymniques mais aussi jeux
d'expression et d'opposition.*

Section mixte de 4 à 7 ans
Séances à la salle des fêtes
de Châbons
samedi de 10 h 30 à 11 h 30
Tarif annuel : 110 €



■ Viniyoga

*Une pratique fondée
sur la coordination
des mouvements et
de la respiration,
adaptée aux besoins de chaque personne.*



Cours : ■ à la salle des fêtes de Châbons
le lundi de 8 h 45 à 10 h - le mardi de 18 h 45 à 20 h
■ au centre social de Le Grand-Lemps
le jeudi de 17 h 30 à 18 h 45
Tarif annuel : 180 €

NOUVEAU

YOGA



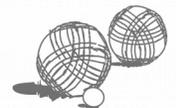
*Pour un public fragilisé avec des besoins
spécifiques souhaitant exercer une activité
passerelle entre un parcours de soin et le quotidien*

Cours : à la salle Post'halles de Châbons
encadrés par une professionnelle de santé
le mercredi de 10 h 00 à 11 h 15

Tarif annuel : 220 €

■ Sport boules

Sections féminine et masculine
Tarif annuel : 45 €



■ Basket vétérans

*Pour partager
de bons moments sportifs
et conviviaux.*



Section mixte
Entraînement au gymnase de Châbons
vendredi de 20 h 30 à 22 h 30
Tarif annuel : 65 €