

L'Union Châbonnaise



affiliée à la Fédération Sportive
et Culturelle de France



Vous propose ...

Les responsables de section

■ Gymnastique artistique

Chantal BIESSY ☎ 04 76 05 68 92

■ Eveil de l'enfant

Emilie GODDARD ☎ 06 87 47 51 58

■ Step, zumba, renforcement musculaire

Chantal RAMBAUD ☎ 04 76 65 05 69

■ Sports boules

Jean-Paul Vial ☎ 04 76 65 03 62

■ Basket vétéran

Jean DHIEN ☎ 04 76 65 05 61

■ Yoga

Annie DHIEN ☎ 04 76 65 05 61

emblématique et culturelle



sportive et conviviale



Une manifestation

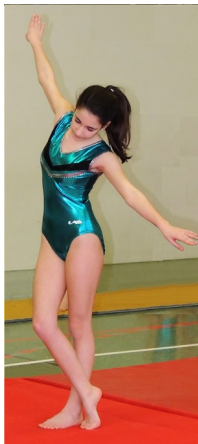
Une manifestation

Pour les ENFANTS

En compétition

■ Gymnastique artistique

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.



Section féminine à partir de 5 ans
Entraînements au gymnase de Châbons
mardi de 17 h 45 à 20 h 15
mercredi de 18 h 30 à 21 h
vendredi de 17 h 45 à 20 h 15
samedi de 8 h à 13 h

Tarifs annuels : 205 € catégorie des poussines
230 € catégories des jeunes et aînées

En loisirs

■ Eveil de l'enfant

Pour découvrir son corps, s'épanouir, progresser au travers de divers jeux collectifs, athlétiques, gymniques mais aussi jeux d'expression et d'opposition.



Section mixte de 3 à 7 ans
Séances à la salle des fêtes de Châbons
samedi de 10 h à 11 h
samedi de 11 h 15 à 12 h 15

Tarif annuel : 110 € pour une séance / semaine

Pour les ADULTES et les ADOLESCENTS

En loisirs

avec Sonia Ghezal

■ Fitness (zumba)

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 : 160 € pour une heure / semaine
270 € pour 2 heures / semaine

■ Viniyoga

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



Cours : le lundi à la salle des fêtes de Châbons
8 h 45 à 10 h
le jeudi au centre social de Le Grand-Lemps
17 h 15 à 18 h 30
le mardi à la salle des fêtes de Châbons
18 h 45 à 20 h

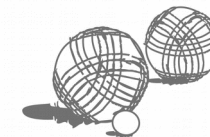
Tarif annuel : 170 €

Pour les ADULTES

En compétition

■ Sport boules

Sections féminine et masculine
Tarif annuel : 45 €



En loisirs et compétition

■ 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 €