

# ESTAGYM

## 2025 - 2026

### Pour Adultes :

|                                         |                      |                                  |
|-----------------------------------------|----------------------|----------------------------------|
| <b>PILATES</b> .....                    | Salle Arago .....    | Stéphanie > Lundi 17h15-18h      |
| <b>CARDIO</b> .....                     | Salle Arago .....    | Stéphanie > Lundi 18h-18h45      |
| <b>PILATES</b> .....                    | Salle Arago .....    | Stéphanie > Lundi 18h45-19h30    |
| <b>STRETCHING</b> .....                 | Salle J.Ferrat ..... | Stéphanie > Mardi 10h-11h        |
| <b>STRETCHING</b> .....                 | Salle J.Ferrat ..... | Stéphanie > Mardi 11h-12h        |
| <b>YOGA</b> .....                       | Salle J.Ferrat ..... | Caroline > Mardi 18h-19h         |
| <b>NEW! YIN YOGA</b> .....              | Salle J.Ferrat ..... | Sandrine > Mercredi 9h-10h       |
| <b>DANSE</b> en ligne .....             | Salle Arago .....    | Sophie > Mercredi 18h-19h        |
| <b>RENFORCEMENT</b> .....               | Salle J.Ferrat ..... | Stéphanie > Mercredi 18h15-19h15 |
| <b>ZUMBA</b> (à partir de 15 ans) ..... | Salle Arago .....    | Sophie > Mercredi 19h-20h        |
| <b>YOGA</b> .....                       | Salle J.Ferrat ..... | Sandrine > Jeudi 9h-10h          |

### Pour Enfants :

|                                                   |                      |                                   |
|---------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------|
| <b>POM'POM GIRL</b> (à partir de 4 ans) .....     | Salle Arago .....    | Maëva > Mardi 17h30-18h30         |
| <b>NEW! MODERN'JAZZ</b> (6 à 8 ans) .....         | Salle Arago .....    | Maëva > Mardi 18h30-19h30         |
| <b>NEW! YOGA</b> (enfants & parent-enfants) ..... | Salle J.Ferrat ..... | Sandrine > Mercredi 10h15-11h15   |
| <b>GYM</b> ado (7-12 ans).....                    | Salle J.Ferrat ..... | Stéphanie > Mercredi 16h15-17h15  |
| <b>GYM</b> enfant (3-6 ans) .....                 | Salle J.Ferrat ..... | Stéphanie > Mercredi: 17h15-18h15 |
| <b>DANSE Moderne</b> (-4 à 5 ans) .....           | Salle Arago .....    | Maëva > Jeudi 17h30-18h30         |
| <b>STREET DANSE</b> (9 et plus) .....             | Salle Arago .....    | Maëva > Jeudi 18h30-19h30         |

### TARIFS

Adultes ..... 160 €/ an licence comprise

Enfants ..... 150 €/ an licence comprise

Possibilité de payer en 3 fois - l'adhésion donne accès à tous les cours

**Partenariat Esta'Running** : Possibilité de participer au cours de marche sportive les mardis soirs de 18h à 19h30 en payant 20€ de plus / an / adulte

**Prix famille** : A partir de 2 membres d'une même familles inscrites : réduction de 20€/Ans



**Animations tout au long de l'année : cours déguisés, goûters, carnaval, Noël, spectacles ...**

**Représentations des Pom'Pom Girl lors des matchs de Estagel XIII**

**Début des cours le Lundi 8 Septembre 2025**

**- 2 cours d'essai Gratuits ! -**

**SUIVEZ-NOUS**



**ESPACE JEAN FERRAT Estagel**

**Contact** : 06.70.95.58.15 ou 06.65.12.92.20

estagym66@gmail.com

