Entente Sportive Caudacienne®

Section SPORT-SANTE

Club Omnisports depuis 1968 | Certifié Sport-Santé et déposé à l'INPI
Déclarée à la Préfecture du Val-de-Marne sous le n°68-493 – Inscrit au Journal Officiel du 06/04/1968
N° Siret : 310 405 105 00035 – Code APE : 9312Z
Siège social : Stade Robert Barran – Rue du Chemin Vert - 94510 La Queue-en-Brie | ESCaudacienne.fr | Contact : respsportsante@escaudacienne.fr – 06.11.74.19.22

Multi-Activités Nature : Parcours de Santé, Promenades Sportives…

Maintenez votre **forme physique et mentale** sur des parcours préparés avec des obstacles qui vous **renforceront au niveau musculaire, cardiaque, équilibre et adresse**… Et profitez de nos **promenades sportives sur des sentiers dans la nature**.

Savate Forme

Découvrez un mélange subtil et adapté de **Boxe Française** et de **Fitness** pour développer et améliorer vos capacités physiques : **endurance**, **vitesse**, **coordination**, **souplesse**… Recherche du bien-être physique et mental par une pratique conviviale en petits groupes.

Vovinam Zen

Bénéficiez des bienfaits des **arts martiaux** dans une pratique **tout en douceur** pour prendre **conscience de son corps** et **se fortifier de l'intérieur**… Tout un travail autour des **muscles profonds**, de l'**équilibre**, la **proprioception** et la **respiration**.

TARIFS SAISON 2020/2021

Promenades Sportives	**60€**
Parcours de Santé	**130€**
Savate Forme	**130€**
Vovinam Zen	**100€**
Forfait Complet (accès à toutes les activités)	**200€**

Cotisation Statutaire E.S.C.®

+40€ si foyer imposable *(sinon fournir la copie d'avis de non-imposition)*

PLANNING	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
14h00-14h30						
14h30-15h00		Parcours de Santé (HDV - Salle G)	Promenades Sportives (Forêt proche)	Savate Forme (HDV salle G)	Promenades Sportives (Forêt proche)	
15h00-15h30						
15h30-16h00						
16h00-16h30			Parcours de Santé (Barran ou HDV G)		Parcours de Santé (Barran ou HDV G)	
16h30-17h00						
17h00-17h30						
17h30-18h00	Vovinam Zen (Coubertin - Dojo)					
18h00-18h30						
18h30-19h00						
19h00-19h30						
19h30-20h00		Savate Forme (Coubertin - Salle B) 19h45-21h15				
20h00-20h30						
20h30-21h00						

Documents à fournir :

- Formulaire d'inscription dûment complété
- 1 photo d'identité
- Certificat médical de non contre-indication au Handball
- Paiement complet pour la Cotisation 2020-2021 (en 4 fois maximum)
- Règlement de 40€ si foyer imposable, sinon fournir la copie d'avis de non-imposition