



**2023/2024**

Les cours ont lieu du  
**04.09.2023 au 18.07.2024**

Pas de cours pendant les vacances scolaires et jours fériés

*Veuillez noter que la Commune de Strassen se réserve le droit de mettre en oeuvre des modifications au niveau de l'organisation des cours si cela se révèle nécessaire.*

LUNDI	09h30-11h00	<input type="checkbox"/>	<b>NORDIC WALKING</b>	Beim Fräiheitsbam	
	10h30-11h30	<input type="checkbox"/>	<b>GYM DOUCE 70+</b>	Hall Karaté	max. 30 pers.
	14h15-15h45	<input type="checkbox"/>	<b>MUSCULATION</b>	Hall Karaté	max. 15 pers.
MARDI	09h00-10h00	<input type="checkbox"/>	<b>CARDIO-DOS-ABDOS</b>	Hall Karaté	max. 30 pers.
	10h15-11h15	<input type="checkbox"/>	<b>CARDIO-DOS-ABDOS 60+</b>	Hall Karaté	max. 30 pers.
MERCREDI	14h15-15h45	<input type="checkbox"/>	<b>NORDIC WALKING</b>	Beim Fräiheitsbam	
	14h30-16h00	<input type="checkbox"/>	<b>MUSCULATION</b>	Hall Karaté	max. 15 pers.
JEUDI	09h00-10h00	<input type="checkbox"/>	<b>CARDIO-DOS-ABDOS</b>	Hall Karaté	max. 30 pers.
	10h15-11h15	<input type="checkbox"/>	<b>CARDIO-DOS-ABDOS 60+</b>	Hall Karaté	max. 30 pers.
VENDREDI	09h00-10h30	<input type="checkbox"/>	<b>MUSCULATION</b>	Hall Karaté	max. 15 pers.
	10h30-11h30	<input type="checkbox"/>	<b>STRETCHING</b>	Hall Karaté	max. 30 pers.

**INSCRIPTION** Prière de remettre le formulaire d'inscription et une preuve de paiement à la mairie.

**NOM et PRÉNOM:** \_\_\_\_\_

**ADRESSE:** \_\_\_\_\_ L- \_\_\_\_\_

**TÉL./GSM:** \_\_\_\_\_ **EMAIL:** \_\_\_\_\_

<b>COTISATION 2023/2024:</b>	Bronze (1x par semaine)	35€
	Argent (2x par semaine)	70€
	Or (3x par semaine)	100€

**La cotisation est à payer par virement à la BCEE LU59 0019 1001 0291 9000 («SPOLO+NOM»)**