



Stage de Rentrée 2016

Le Pouliguen

Centre Mon Abri
9 Avenue André Antoine,
44510 Le Pouliguen

Responsable du stage :
Leslie LE TOQUIN (Assistante
Technique Sports pour Tous 44)
06 63 32 18 13

De 9h00 à 18h00

Une journée sportive et conviviale,
réservée aux animateurs-trices **Sports pour Tous**
Encadrée par 2 Educateurs Sportifs du Morbihan :



Edouard PEDRAULT
Educateur Sportif BP JEPS AGFF
Instructeur Zumba
Instructeur UBound



Paul PENCOLE
Educateur Sportif DEUST MF
Instructeur Zumba
Instructeur UBound

Une journée complète pour se remettre en forme avant la nouvelle saison et faire le plein d'idées en participant aux différentes activités proposées :

Zumba, Renforcement Musculaire, Body Attitude (inspiré du Body Balance, différents enchaînements mélangeant des exercices de Yoga, Pilates et Tai Chi), Cuisses Abdos Fessiers, LIA, Step, Dance Party (enchaînement chorégraphié mélangeant des pas de Zumba, Danse et LIA), Stretching.

Tarif : 35,00 € (déjeuner sur place compris).
Règlement par chèque à l'ordre du CD SPT 44.

Inscription : Complétez le bulletin d'inscription à retourner au **Comité Départemental Sports pour Tous 44 – Maison des Sports – 44 rue Romain Rolland – 44100 NANTES**, accompagné de votre règlement.

FIN DES INSCRIPTIONS LE 1^{er} SEPTEMBRE 2016