



## LOISIR

2017-2018

### Modalités d'inscription

Pièces à fournir pour l'inscription :

- Le règlement intégral de votre cotisation
- Carte d'étudiant [**moins de 28 ans**]
- Certificat médical de non contre indication à la pratique du sport [**obligatoire**]
- 2 photos d'identité
- Fiche d'adhésion « Loisir » 2017/2018

**Les cours ne seront pas assurés :** Les 2 semaines des vacances de Noël  
La 2<sup>ème</sup> semaine des vacances d'hiver  
Les 2 semaines des vacances de Printemps  
Les jours fériés

### Tarifs dégressifs du 8 janvier au 30 juin 2018

	ETUDIANT	
TARIF	1 activité	supplément par activité
Tarif 1	90 €	30 €
Tarif 2	105 €	40 €
Tarif 3	125 €	50 €

	ACTIF	
TARIF	1 activité	supplément par activité
Tarif 1	140 €	40 €
Tarif 2	205 €	60 €
Tarif 3	270 €	80 €

Les activités proposées sont réparties dans 3 grands groupes de tarif : **Tarif 1 - Tarif 2 - Tarif 3.**

Le prix de la cotisation sera calculé en prenant TOUJOURS en compte, comme tarif de base, l'activité correspondant au groupe de tarif [**Tarif 1 - Tarif 2 - Tarif 3**] le plus élevé.

Ex : Actif 3 activités : Yoga [1<sup>ère</sup> activité] - Musculation [2<sup>ème</sup> activité] - Rock [3<sup>ème</sup> activité] = 375 € Tarif 3 + 40 € Tarif 1 + 60 € Tarif 2 = 475 €

## Inscription

### PUC

Stade Charléty | 17 avenue Pierre de Coubertin 75013 Paris  
Tél : 01 44 16 62 62 | E-mail : [accueil@puc.asso.fr](mailto:accueil@puc.asso.fr) | site : [puc.paris/loisir](http://puc.paris/loisir)

## Installations

### PUC Stade Charléty

17, avenue Pierre de Coubertin  
75013 Paris

### CiuP

17, boulevard Jourdan  
75014 Paris

### Gymnase Kellermann

110, boulevard Kellermann  
75013 Paris

### Gymnase François Villon

16 Avenue Marc Sangnier  
75014 Paris

### Gymnase Choisy-Masséna

4 Bis Avenue de Choisy  
75013 Paris

# PROGRAMME LOISIR DU PUC 2017-2018

## DANSES

### ATELIER TECHNIQUE DANSE-JAZZ

Tarif 2

Tous niveaux samedi 11h15-13h15  
Stade Charléty | salle Boisset

### CLAQUETTES

Tarif 2

Tous niveaux  
mardi (12/09 au 30/06) 18h00-20h00  
CiuP | Salle Basulada

### MODERN JAZZ 1

Tarif 2

Niveau 1 jeudi 18h30 - 20h00  
CiuP | Espace Sud

### MODERN JAZZ 2

Tarif 2

Niveau 2 vendredi 19h00 - 20h30  
CiuP | Espace Sud

### MODERN JAZZ 3

Tarif 2

Niveau 3 jeudi 20h00 - 21h45  
CiuP | Espace Sud

### ORIENTALE

Tarif 2

Niveau 1 samedi 12h00 - 13h15  
Niveau 2 samedi 13h15 - 14h30  
CiuP | Espace Sud

### ROCK 1

Tarif 2

Initiation lundi 20h00 - 21h15  
Stade Charléty | salle Boisset  
Niveau 1 lundi 21h15 - 22h45  
Stade Charléty | salle Boisset

### ROCK 2 et 3

Tarif 2

Niveau 2 et 3 vendredi 20h30 - 22h00  
CiuP | Espace Sud

### SALSA CUBAINE 1

Tarif 2

Niveau 1 jeudi 20h00 - 21h15  
Stade Charléty | salle Boisset

### SALSA CUBAINE 2

Tarif 2

Niveau 2 jeudi 21h15 - 22h45  
Stade Charléty | salle Boisset

### STREET JAZZ (dès 14 ans)

Tarif 2

Tous niveaux vendredi 18h00 - 19h00  
CiuP | Espace Sud

### SWING 1

Tarif 2

Niveau 1 mardi 20h00 - 21h15  
Stade Charléty | salle Boisset

### SWING 2

Tarif 2

Niveau 2 mardi 21h15 - 22h30  
Stade Charléty | salle Boisset

### TANGO BRIGITTE

Tarif 2

Accueil et pratique vendredi 18h30 - 19h00  
Niveau 1 vendredi 19h00 - 20h00  
Pratique vendredi 20h00 - 20h30  
Stade Charléty | salle Boisset

### TANGO AVANCE

Tarif 2

Vendredi 20h30- 22h00 + 30' pratique  
Stade Charléty | salle Boisset

### TANGO ARNO

Tarif 2

Pratique lundi 19h00 - 19h15  
Niveau 1 lundi 19h15 - 20h15  
Pratique lundi 20h15 - 20h30  
Niveau 2 lundi 20h30 - 22h00  
CiuP | Espace Sud | Danse

## DANSES (suite)

### TANGOSPHERE

Tarif 2

Pratique libre lundi & jeudi 14h00-18h00  
Stade Charléty | salle Boisset  
Renseignements auprès de  
Brigitte MACHON-SIGNORELLO machonb@gmail.com

### VALSE

Tarif 2

1 Stage mensuel 11h30-13h30  
(Païement hors carte)  
Stade Charléty | salle Boisset

### WEST COAST SWING

Tarif 2

Niveau 1 mercredi 20h00 - 21h15  
Stade Charléty | salle Boisset

Niveau 2 mercredi 21h15 - 22h30  
Stade Charléty | salle Boisset

## FITNESS

### CUISSES-ABDOS-FESSIERS

Tarif 2

lundi 18h00-19h00  
mardi 12h00-13h00  
mercredi 19h00-20h00  
jeudi 13h00-14h00  
Stade Charléty | Boisset

### DIMANCHE PLEINE FORME

Tarif 2

dimanche 10h00-11h00  
Stade Charléty | Boisset  
dimanche 11h00-12h30  
Maison Internationale | Salle de Musculation

### MUSCULATION & CARDIO

Tarif 1

Encadrée  
lundi 20h00-21h45  
mercredi 20h00-21h45  
jeudi 20h15 -21h45  
vendredi 18h00-20h00  
samedi 10h00-13h00  
Maison Internationale | Salle de Musculation

### Surveillée

mardi 12h00-14h00  
jeudi 12h00-14h00  
Maison Internationale | Salle de Musculation

### ZUMBA

Tarif 2

lundi 19h00-20h00  
mardi 13h00-14h00  
mercredi 18h00-19h00  
Stade Charléty | Boisset

## PILATES & YOGA

### PILATES

Tarif 3

lundi 12h00-13h00  
lundi 13h00-14h00  
mardi 18h00-19h00  
mardi 19h00-20h00  
jeudi 12h00-13h00  
Stade Charléty | Boisset

### YOGA

Tarif 3

Hatha Yoga  
vendredi 12h00-13h00  
vendredi 13h00-14h00  
Stade Charléty | Boisset

### Yoga Détente

mercredi 10h30-11h30  
Stade Charléty | Boisset

### Stretch Yoga

mercredi 12h50-13h50  
Stade Charléty | Boisset

## PILATES & YOGA (suite)

### Vinyasa Yoga

Tarif 3

mercredi 9h30-10h30  
mercredi 11h50-12h50  
jeudi 18h00-19h00  
jeudi 19h00-20h00  
samedi 9h00-10h00  
Stade Charléty | Boisset

## SPORT AQUATIQUE

### NATATION

Tarif 1

Pratique libre  
mardi 12h00-13h30  
mardi 19h00-20h00  
vendredi 12h00-13h30  
vendredi 20h00-21h45  
dimanche 9h00-12h45  
Cours avancé [3-4 nages]  
jeudi 13h00-14h00  
CiuP | Maison Internationale | Piscine

## SPORT COLLECTIF

### FLOORBALL

Tarif 1

jeudi 20h00-22h00 | Gymnase François Villon  
vendredi 19h00-20h30 | Gymnase Choisy-Masséna

## SPORT DE RAQUETTE

### BADMINTON

Tarif 1

Jeux libre  
mardi 12h00-13h45  
Gymnase Kellermann  
vendredi 12h00 - 13h45  
Gymnase Kellermann  
Les raquettes sont prêtées, les volants ne sont pas fournis.

## SPORT INDIVIDUEL

### ATHLETISME

Tarif 1

mardi et jeudi 18h00-20h00 (demi fond)  
Stade Charléty | Piste du terrain d'honneur

### ECHECS

Tarif 1

mardi 20h00-22h00  
CiuP | Salle Balsualdo  
Si compétition supplément de 47 €

[www.puc.paris/loisir](http://www.puc.paris/loisir)