



TAÏ CHI CHUAN

VGA SAINT MAUR - SECTION TAÏ CHI/QI GONG/PILATES

Saison 2026-2027



Reprise des cours : dimanche 13 septembre 2026

Taï Chi Chuan - Anne STRACZEK

Dimanche	10h-11h	Débutants	Gilbert Noël
	11h-12h30	Confirmés	Gilbert Noël

Taï Chi Chuan - Guillaume COPPÉ

Lundi	21h-22h15	Taï Chi Chuan - tous niveaux	Gilbert Noël
-------	-----------	------------------------------	--------------

Qi Gong - Guillaume COPPÉ

Jeudi	20h45-22h	Qi Gong - tous niveaux	Gilbert Noël
-------	-----------	------------------------	--------------

Qi Gong - Sandrine GRIMAL

Lundi	9h30-10h45	Tous niveaux	Siège VGA
-------	------------	--------------	-----------

Pilates - Éric ZEKRI

Lundi	19h-20h	Niveau 2 * (Fondation/Intermédiaire)	Siège VGA
	20h10-21h10	Niveau 1 (Fondation)	Siège VGA
Mardi	21h-22h	Niveau 3 * (Intermédiaire)	Gilbert Noël
Mercredi	19h45-20h45	Niveau 2 * (Fondation/Intermédiaire)	Gilbert Noël
	20h50-21h50	Niveau 1 (Fondation)	Gilbert Noël
Samedi	10h-11h	Niveau 1 (Fondation)	Gilbert Noël
	11h10-12h10	Tous niveaux	Gilbert Noël
		* créneaux réservés aux non-débutants	

Pilates - Adeline TANTI

Mardi	11h15-12h15	Pilates tous niveaux	Gilbert Noël
	12h15-13h15	Pilates/barre au sol - tous niveaux	Gilbert Noël
Vendredi	10h15-11h15	Pilates tous niveaux	Siège VGA
	11h20-12h20	Pilates tous niveaux	Siège VGA
	12h25-13h25	Pilates tous niveaux	Siège VGA

Pilates - ALEXANDRE CŒURET

Lundi	10h-11h	Pilates tous niveaux	Gilbert Noël
Lundi	11h-12h	Pilates tous niveaux	Gilbert Noël

TARIFS ANNUELS au 1er septembre 2026 (tarifs dégressifs ensuite)

Cours d'1 heure	300 €
1 Cours supplémentaire	120 €
Cours d'1h15	315 €
Cours d'1h30	330 €

Remise réinscription : -15 € / remise 65 ans et + : -15 € / remise 2ème personne d'un même foyer : -20 €

LIEUX DE PRATIQUE

GILBERT NOËL : 6 bis avenue Pierre Sépard - 94210 LA VARENNE SAINT HILAIRE
SIÈGE VGA : 8 avenue du Nord - 94100 SAINT MAUR DES FOSSÉS