

"Sports pour Tous" adultes 2011 -2012 (à partir de 16 ans)
Période du lundi 03 octobre 2011 au dimanche 15 juillet 2012 (inclus)



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
A1006 (1) Limpertsberg 09.00-11.00 Musculation sur machines		A3005 10.00 Eich/Mühlenbach Parents & enfants 1-4 ans	A4024 08.15 (1) Piscine Bonnevoie Gym Aquatique	A5024 09.45 (1) Piscine Bonnevoie Gym Aquatique	A6008 09.00 Stade Josy Barthel Prép. Course de fond	
A1019 10.00 Hollerich Gym Réveil	A2008 10.00 Stade Gym Entretien	A3022 10.00 - 12.00 (1) Complexe Boy Konen Renforc. musculaire sur machines	A4025 10.00 Stade Gym Douce	A5110 10.00 (1) Badanstalt Gym Aquatique	A6022 09.00-11.00 (1) Complexe Boy Konen Renforc. musculaire sur machines	
		A3119 10.00 Hollerich Abdomino/Dos		A5119 10.00 Hollerich Stretching	A6103 10.00 Baumbusch Jogging, Walking, Nordic Walking	A7014 10.15 Merl Fitness Gym
		A3134 12.15 Badanstalt douches-vestiaires départ/arrivée Prép. Course de fond		A5127 10.00 Kockelscheuer Walking, Nordic Walking		
	A2028 12.30 Gare Midi Gym	A3210 12.15 (1) Badanstalt Gym Aquatique			A6124 10.00 (1) Piscine Bonnevoie Hydro Gym	
A1111 12.15 (1) Badanstalt Salle de gymnastique Midi Gym	A2111 12.15 (1) Badanstalt Salle de gymnastique Midi Gym	A3211 12.15 (1) Badanstalt Salle de gymnastique Midi Gym	A4211 12.15 (1) Badanstalt Salle de gymnastique Midi Gym	A5211 12.15 (1) Badanstalt Salle de gymnastique Midi Gym	A6208 10.00 Stade Power Fitness	
A1119 14.15 Hollerich Abdomino/Dos ACTIF 55 +	A2206 12.30 Limpertsberg Body shape	A3308 14.15 Stade Gym Dames	A4212 (5) 16.00 - 21.00 Complexe Boy Konen Beach-Volley		A6303 14.00 - 16.30 Bonnevoie Meeting Point Place Jeanne d'Arc Randonnée cyclistes sur routes 21.04.2012 - 29.09.2012	
A1202 16.00 Dommeldange Parents & enfants 1-2 ans		A3406 (1) Limpertsberg 15.30-19.00 Musculation sur machines	A4214 18.00 Merl Fitness Gym	A5222 14.15 (1) Complexe Boy Konen Renforc. musculaire sur machines		
A1302 17.00 Dommeldange Parents & enfants 2-4 ans	A2214 17.30 Merl Fitness Dance			A5226 14.15 (1) Bonnevoie Cours d'autodéfense ACTIF 55 +		
A1309 17.15 Cents Cours d'éducation physique pour femmes avec surcharge pondérale	A2215 18.00 Belair Fitness Step			A5308 14.15 Stade Abdomino/Dos		
A1312 16-18 (1) Complexe Boy Konen Musculation SOFT sur machines ACTIF 55 +	A2307 18.30 Kiem Fitness Gym	A3514 17.30 Merl Gym Aérobic		A5310 14.30 (3) Merl en plein air Taijiquan		
A1322 18-20 (1) Complexe Boy Konen Renforc. musculaire sur machines	A2314 18.30 Merl Fitness Gym	A3524 18.00 (1) Piscine Bonnevoie Gym Aquatique	A4400 18.30 Baumbusch Jogging, Walking, Nordic Walking 19.04.2012 - 27.09.2012			
A1414 18.00 Belair Multisports Loisir	A 2315 18.30 (1) Piscine Cents Gym Aquatique	A3614 18.30 Merl Multisports				
A1516 18.30 Hamm Fitness Ski	A2400 18.30 (2) KIEM automne/hiver Jogging, Walking, Nordic Walking 04.10.2011 - 27.03.2012	A3612 19.00 Cents Fitness Gym	A4424 18.30 (1) Piscine Bonnevoie Aqua Jogging	A5402 (4) 18.00 Stade Josy Barthel "Nei derbai-je débute" Jogging		
A1614 18.30 Merl Gym Aérobic	A2400 18.30 Baumbusch printemps/été Jogging, Walking, Nordic Walking 03.04.2012 - 10.07.2012	A3706 19.30 (1) Piscine Limpertsberg Gym Aquatique	A4501 19.00 Beggen Fitness Gym	A5414 18.30 Merl Body Shape		
A1714 (4) 19.00-21.00 Belair Volleyball Loisir	A2424 19.30 (1) Piscine Bonnevoie Aqua Power	A3714 19.30 Merl Stretching	A4515 19.30 (1) Badanstalt Gym Aquatique	A5504 18.30 Eich/Mühlenbach Fitness	PASSE-PARTOUT	
A1721 20.00 Cessange Gym Détente	A2514 19.30 Merl Gym Douce	A3733 20.00 Gasperich Body Shape / Stretching	A4614 20.00 Merl Body Shape	A5601 20.00 Beggen Gym Détente	Prière de marquer les cours choisis, de signer la fiche et de la retourner au: Service des Sports 5, rue de l'Abattoir L-1111 Luxembourg Infos au 4796-4400	
A1808 20.00 Stade Fitness Ski	A2526 20.00 Bonnevoie Gym Préventive		A4622 19.00-22.00 (1) Complexe Boy Konen Renforc. musculaire sur machines	A5614 19.30 Merl Fitness Step		
A1816 20.00 Hamm Fitness Gym	A2607 20.00 Kiem Fitness Ski			A5626 (4) 20.00 Bonnevoie Gym pour Tous		

(1) ne sont admis qu'un nombre limité de participants aux cours et l'inscription est de rigueur même avec passe-partout (max. 3 cours aquatiques)

(2) nombre de groupes réduit

(3) cours Parc de MERL - en cas de mauvais temps salle de gymnastique rue de l'Abattoir à Hollerich

(4) en collaboration avec un club de sport

(5) en cas de mauvais temps le Beach-Volley est annulé.

Cours marqués avec "arrière-plan" = nouvelle offre ou changement

Après l'envoi du formulaire d'inscription, vous recevrez une facture qui vous autorisera à participer au cours de votre choix après règlement

Nach Einsenden des Formulars, wird Ihnen eine Rechnung zugesandt, die Sie dazu berechtigt nach Bezahlung am Kursus teilzunehmen.

VILLE DE LUXEMBOURG Sports pour tous 2011/2012

Fiche d'inscription Adultes

Nom	
Nom de jeune fille	
Prénom	
Adresse	
Code Postal	
Localité	
Tél. privé / GSM	
Matricule année/mois/jour/nr. contrôle (ou date de naissance)	

**Le(a) soussigné(e) a pris note que la participation
aux cours se fait à ses propres risques.**

Date: _____

Signature: _____