

# TENNIS CLUB animer



## TENNIS HIVER 2021-2022

Prix pour une heure fixe par semaine du 1<sup>er</sup> octobre au 31 mars  
A partir de 17h et WE - **de 340 à 410 €**  
Avant 17h - **de 210€ à 280€**

## COURS DE TENNIS

Cours (de 4 à 6 enfants max) dès 4 ans,  
plusieurs niveaux de mi-septembre à mi-juin : **260 € à 290 €**

## 5<sup>E</sup> TOURNOI AFT du 3 au 12 septembre 2021

Nous vous avertirons de l'organisation pratique et sécuritaire de la rentrée de septembre selon les directives des fédérations de sport et du gouvernement.

Si le nombre de participants devait être limité, la date d'inscription sera prise en compte. L'inscription est donc conditionnée et sous toute réserve.

La situation actuelle est complexe et crée un gros surcroît de travail et de coûts pour notre association. Nous espérons un soutien important des autorités culturelles et communales pour préserver votre confort et la poursuite de nos activités.

DANS CETTE AMBIANCE SANITAIRE TRÈS SPÉCIALE, LA SOLIDARITÉ DOIT RESTER NOTRE MAÎTRE MOT À TOUS, PRENONS SOIN DE NOUS ET DES AUTRES, VOISINS, PERSONNES FRAGILISÉES,... RESTONS PRUDENTS

TOUTES INFOS, CONDITIONS ET INSCRIPTIONS SUR  
[www.animer.be](http://www.animer.be)

Infos au 02/687 81 68, par mail : [secretariat@animer.be](mailto:secretariat@animer.be)

## SAVE THE DATE

Animer vous accueillera le dimanche **26 septembre** lors d'une super **après-midi festive en petit train...!** à la découverte des associations culturelles et sportives. C'est organisé dans le cadre des fêtes de la communauté française et du ccjwo par Connect'Event.

# animer

N° 115 - TRIMESTRIEL  
AOÛT 2021



Déjà 18 mois que cette pandémie nous poursuit et nous préoccupe considérablement dans l'organisation de vos cours. Nous désirons cependant voir l'avenir avec optimisme et allons de l'avant en lançant des **nouvelles activités pour les enfants : le volley-ball et pour les adultes un cours de Pilate, de cardio dance et un mix de gym d'entretien-yoga pour les adultes.**

Comme toutes les asbl sportives et culturelles, nous subissons une réelle catastrophe et espérons de tout cœur que tout pourra reprendre comme auparavant dès le mois de septembre. Soyez assurés que nous suivrons scrupuleusement les directives sanitaires pour votre santé à tous.

Ci-joint vous trouverez notre programme pour la saison 2021-2022 et espérons que nous pourrions compter sur vous. Ne tardez pas à vous inscrire sur notre tout nouveau site [www.animer.be](http://www.animer.be).

Ensuite, merci d'attendre la confirmation d'inscription et les références pour les paiements svp. En effet, nous ne savons pas encore si le nombre de participants devra être limité pour les raisons sanitaires.

Nous vous souhaitons d'ores et déjà une bonne rentrée et au plaisir de vous revoir.

Pour l'équipe, Philippe Sala, Président - Dominique Matthys-Reyniers, secrétaire générale  
Gwen Miserque, Alexandre Franck, Françoise De Vleeschouwer, Anne-Charlotte Sala & Bertrand Vanheuverzwijn

[www.animer.be](http://www.animer.be)

NOS AMIS SOLIDAIRES (CE N'EST PAS DE LA PUB)



## JEUNES

TOUTES NOS ACTIVITÉS ONT LIEU AU HALL DES SPORTS,  
AVENUE ASTRID 85 À 1970 WEZEMBEEK-OPPEM (SAUF LE YOGA)

<b>NEW</b> VOLLEYBAL : découverte et initiation Pour les 7-9 ans : le mardi à 17h - Pour les 10-13 ans : le mardi à 18h.	170€ / ANNÉE
ARTS MARTIAUX --> MINI-KARATÉ / KARATÉ / CLOSE COMBAT Mini-karaté pour les jeunes débutants à partir de 6 ans : samedi à 9h Karaté à 10h et 11h en fonction du niveau Karaté/close combat pour ado à partir de 14 ans : samedi 12h	170€ / ANNÉE
BADMINTON Pour les 9-14 ans: le jeudi de 17h à 18h30	180€ / ANNÉE
BABY-BASKET Développer les qualités psychomotrices de l'enfant (latéralité, spatialité, temporalité,...). De 4 à 6 ans: mercredi 15h	170€ / ANNÉE
DANSE JAZZ ET FUNK Bienvenue à toutes celles qui veulent s'initier à la danse moderne. Nous vous avons réservé une heure rien que pour vous ! Donc lancez-vous ! Pour les 10-12 ans: mardi 18h / Pour les 13 ans et +: mardi 19h MINI DANSE JAZZ Pour les 4-6 ans: mardi 16h15	170€ / ANNÉE
GYMNASTIQUE SPORTIVE Pour les garçons et filles à partir de 6 ans, gymnastique au sol et aux engins (poutre, sauts, barres asymétriques, etc...) De 6 à 8 ans: samedi de 9h à 10h30 / A partir de 9 ans : samedi de 10h30 à 12h Pour les élites: samedi de 9h à 11h. Gym jeudi de 17h à 19h de 8 à 12 ans	180€ / ANNÉE
HIP-HOP-FUNK Pour les 6-10 ans : mardi à 17h - Pour les 10-14 ans : mardi à 18h	170€ / ANNÉE
MINI-BASKET / BASKET L'objectif sera centré sur le jeu d'équipe en basket, l'amélioration de la technique. De 7 à 9 ans: mercredi 16h / De 10 à 12 ans: vendredi 17h / De 13 et +: vendredi 18h	170€ / ANNÉE
MINI-FOOT EN SALLE Juste le plaisir de jouer, de pratiquer un sport collectif, de se dépenser physiquement, sans compétition ! Pour les 6-9 ans : le samedi tous les 15 jours de 14 à 15h30 Pour les 10-14 ans : le samedi tous les 15 jours de 15h30 à 17h	100€ / ANNÉE
MINI-GYM PSYCHOMOT : afin que l'enfant continue son cheminement moteur et émotionnel dans l'espace où il peut grandir - Pour les 3-5 ans: mercredi 15h	170€ / ANNÉE
TRAMPOLINE- Envie de sensations ? A partir de 7 ans: mardi de 17h à 19h / mercredi de 16h à 18h.	240€ / ANNÉE
YOGA SPÉCIAL ENFANTS 7-10 ANS La concentration et la confiance en soi, la force et la souplesse, la maîtrise du souffle et du corps, la détente et le calme ! le yoga c'est tout bon ! Jeudi 16h30	170€ / ANNÉE

## ADULTES

TOUTES NOS ACTIVITÉS ONT LIEU AU HALL DES SPORTS,  
AVENUE ASTRID 85 À 1970 WEZEMBEEK-OPPEM  
(SAUF AQUAGYM & YOGA MERCREDI)

<b>NEW</b> CARDIO DANCE une routine de danse qui réunit divers exercices pour travailler sur les différentes zones du corps tout en se distrayant, sans stress et en rechargeant ses batteries. Jeudi à 19h	190€ / ANNÉE
<b>NEW</b> PILATE : méthode d'entraînement qui sollicite les muscles profonds pour améliorer la flexibilité, l'équilibre, la coordination et la posture. Mardi à 15 h	220€ / ANNÉE
<b>NEW</b> GYMNASTIQUE ENTRETIEN / YOGA but : garder le moral, se sentir bien, être à l'aise dans la vie quotidienne jeudi à 17h.	180€ / ANNÉE
AQUAFITNESS Exercice intensif, massage en même temps tout en douceur, <b>DANS UNE PISCINE PRIVÉE CHAUFFÉE À 28° À KRAAINEM</b> (minimum 6 inscriptions et maximum 8 par heure). Lundi 9h - 10h - 19h - 20h , mercredi 19h et 20h, vendredi 9h et 10h	370€ / ANNÉE
CLOSE COMBAT : le samedi à 12h	170€ / ANNÉE
BADMINTON Jeudi de 18h30 à 20h00	170€ / ANNÉE
FIT-TONIC Renforcement musculaire des régions abdominales, fessières et cuisses dans une ambiance dynamique, amicale et sportive, suivi par une séance d'assouplissement. Jeudi à 20h	180€ / ANNÉE
GYMNASTIQUE TONIQUE Activation et renforcement de tous les groupes musculaires en profondeur et au rythme de la musique. Taille-fessiers et bons abdominaux avec prévention du dos. Étirements et relaxation en fin de séance. Lundi à 9h et Jeudi à 9h	180€ / ANNÉE
MINI-FOOT Le plaisir de jouer entre copains sans compétition. Vendredi à 21h	120€ / ANNÉE
TOTAL BODY Renforcement musculaire complet sur les derniers hits (bras, taille, abdos, jambes, fesses, étirements) Lundi 20h / Mercredi 19h30	180€ / ANNÉE
YOGA DYNAMIQUE: voir description sur notre site www.animer.be Vendredi de 9h à 10h30.	220€ / ANNÉE
YOGA : voir description www.animer.be Cette discipline nous apprend à reprendre contact avec notre corps. A travers les postures et les techniques de respiration, les aspects physiques, émotionnels, mentaux et spirituels s'équilibrent et s'harmonisent. Lundi 10h à 11h30 / Mardi 10h00 à 11h15 & Mercredi 18h30 & 19h45	190€ / ANNÉE
ZUMBA Entraînement cardio-vasculaire complet aux vertus anti-stress, voire carrément euphorisantes !! La zumba est un programme d'entraînement unique et amusant réalisé sur des rythmes latinos et internationaux. À partir de 14 ans, le mardi à 20h, le dimanche à 18h et 19h.	190€ / ANNÉE

### CONDITIONS GÉNÉRALES

Aux prix mentionnés, il faut ajouter 15 € (par personne annuellement) pour membre/l'assurance. 10 % de réduction à partir de la 3<sup>e</sup> activité par famille sur le cycle le moins cher. Majoration de 10€ pour les non-wezembeekoïses.

INFO RAPPEL : 10% DE RÉDUCTION À PARTIR DE LA 3<sup>e</sup> ACTIVITÉ / FAMILLE