

LIEUX & HORAIRES des cours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>1) TAÏCHI QIGONG YOGA CHINOIS</b>						
<b>ALLINGES</b> Salle Lac et Château Aérospatiale - 203 rte de Commelinges - 74200		8h45 à 10h15 <b>Nouvel horaire</b>			9h30 à 11h	
<b>ANNEMASSE</b> Gymnase des Hutins -12 Rue de l'Annexion - 74100 <u>QiGong adapté : max 15 pers. + certificat médical obligatoire</u>			9h15 à 10h45 <u>QIGONG Adapté</u> 11 à 12h			
<b>ANNEMASSE</b> Office Municipal des Sports - 14 av. H. Barbusse - 74100					8h55 à 10h25	
<b>ARBUSIGNY</b> Salle des Associations - Chef lieu - 74930		19h à 20h30				
<b>BEAUFORT S/Doron (Savoie)</b> Salle de l'Association Animation du Beaufortain - 36 r. du Confluent) - 73270	9h30 à 11h <u>QIGONG</u> 12h30 à 13h30 <b>Nouvel horaire</b>					
<b>BEAUMONT (Le Châble)</b> 95 Grand Rue - Le Châble - 74160	18h30 à 20h			9h30 à 11h		
<b>BELLECOMBE (Jura)</b> - Mairie les Coupes - 39310						9h30 à 11h30 1 semaine sur 2
<b>CHÊNEX</b> Salle polyvalente - 85 Rte de la Boutique - 74520				18h30 à 20h		
<b>CRANVES-SALES</b> Salle Roger Frison-Roche - 40 rte des Fontaines - 74380			18h15 - 19h45			
<b>LUGRIN (MJC)</b> Salle polyvalente, Place de la Mairie - 74500	9h45 à 11h15					
<b>LUGRIN (MJC)</b> Gymnase de l'école, 1 Ch. Du Grand Tronc - 74500				19h à 20h30 <b>Nouveau créneau</b>		
<b>MACHILLY</b> - Salle des associations (derrière mairie) 290 rte des Voirons - 74140	9h30 à 11h	18h30 à 20h				
<b>PREMANON (Les Rousses - Jura) NOUVEAU !</b> Salle polyvalente, Espace des Mondes Polaires - 39220				18h15 à 19h45		
<b>PUBLIER</b> Centre Nautique de la Cité de l'Eau - Salle multi-activités - 225 rue des Tilleuls - 74500	9h30 à 11h <b>COMPLET</b>			19h à 20h30 <b>Nouvel horaire !</b>	<u>QI GONG</u> 9h à 10h <b>Nouveau</b>	
<b>PUBLIER</b> - Complexe Sportif de la Cité de l'Eau 350 Rte du Vieux Mottay - Bât. Olympe, Salle Héraclès - 74500			10h à 11h30			
<b>SAINT-JULIEN-EN-GENEVOIS</b> Salle de la Paguette - 2-10 Ch. du Loup - 74160			9h10 à 10h40			
<b>SAINT-JULIEN-EN-GENEVOIS - Cours SENIORS</b> L'Arande - Maison des Activités - 24 Grande Rue - 74160 <u>Certificat médical obligatoire</u>				<u>SENIORS</u> 10h à 11h15		
<b>SAINT-JULIEN-EN-GENEVOIS</b> L'Arande - Maison des Activités - 24 Grande Rue - 74160 Salle Le Nil					18h15 à 19h45 <b>Nouvel horaire !</b>	
<b>SAINT-PIERRE-EN-FAUCIGNY</b> Gymnase Karine Ruby - R. des Alpes - 74800  * Avec une inscription en multi-cours	<u>QI GONG</u> 18h15 à 19h15  <u>TAÏCHI 2<sup>e</sup> partie de la forme*</u> 19h30 à 20h15			18h30 à 20h		
<b>SAINT-PIERRE-EN-FAUCIGNY</b> Espace Armand Bouvard - salle de réunion - 74800					9h à 10h30	
<b>THÔNEX (Suisse)</b> - Ecole Adrien Jeandin Av. Adrien Jeandin 7 -1226 Thônex (Suisse)	18h30 à 20h					

**TAÏCHI QIGONG - RMA - ZHAN CHÛN/TUISHOU - KUNG FU - SAMBO**

LIEUX & HORAIRES des cours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>2) RENFORCEMENT MUSCULAIRE D'ASIE (R.M.A.)</b>						
Certificat médical obligatoire						
<b>CRANVES-SALES</b> Salle Roger Frison-Roche - 40 rte des Fontaines - 74380			17h à 18h			
<b>PUBLIER</b> Centre Nautique de la Cité de l'Eau - Salle multi-activités - 225 rue des Tilleuls - 74500	18h45 à 19h45 <b>COMPLET</b>					
<b>SAINT-JULIEN-EN-GENEVOIS</b> L'Arande - Maison des Activités - 24 Grande Rue - 74160			11h à 12h			
<b>3) ZHAN CHÛN GONG - TUISHOU</b>						
<b>ANNEMASSE</b> Office Municipal des Sports - 14 Av. Henri Barbusse - 74100 <i>NB : Avec une inscription en multi-cours. Pré-requis : 2 ans de pratique</i>		18H15 à 19h15				
<b>4) LONG CHUAN KUNG FU</b>						
Certificat médical obligatoire						
<b>MACHILLY - Cours annulé</b>		<b>ANNULÉ</b>				
<b>SAINT-JULIEN-EN-GENEVOIS</b> L'Arande - Maison des Activités - 24 Grande Rue - 74160 Salle La Tamise		<u>ENFANTS</u> (10-15 ans) 18h à 19h <u>ADULTES &amp; ADOS</u> (dès 16 ans) 19h à 20h30				
<b>SAINT-PIERRE-EN-FAUCIGNY - Adultes</b> Gymnase Armand Bouvard - R. des sports - 74800			18h à 19h30			
<b>SAINT-PIERRE-EN-FAUCIGNY - Gymnase Armand Bouvard</b> R. des sports - salle de danse - 74800				18h à 19h30 ceintures noires		
<b>SAINT-PIERRE-EN-FAUCIGNY - Adultes et ados dès 12 ans</b> Gymnase du Pays Rochois - Rue des Alpes - 74800					18h15 à 19h45	
<b>5) SAMBO</b>						
Certificat médical obligatoire						
<b>ARBUSIGNY</b> Salle des Associations - Chef lieu - 74930		<u>ADULTES &amp; ADOS</u> (dès 15 ans) 20h45 à 22h15	<u>ENFANTS</u> (9 - 11 ans) 16h à 17h <u>ADOS</u> (12 - 15 ans) 17h à 18h <u>Grappling adultes</u> 18h à 19h			