



CENTRE OMNISPORTS DE CHENNEVIÈRES

CATALOGUE DES SPORTS 2014-2015

LE C.O.C FÊTE SES 50 ANS !

Durant toutes ces années, de nombreuses activités sportives ont été proposées. Certaines ont disparu, certaines se sont ajoutées, au gré des modes sans doute, mais surtout parce que portées par des bénévoles volontaires, convaincus et amoureux de leur sport.

A l'aube de cette saison anniversaire, il convient de remercier tous ceux qui ont permis que le C.O.C soit ce qu'il est aujourd'hui, et en particulier les deux présidents qui m'ont précédé, Roger BRUNEAU puis Claude NOVARESI, ainsi que leurs équipes.

Remercions également la Municipalité de Chennevières pour son soutien financier et la mise à disposition des nombreux lieux permettant de proposer une vingtaine de disciplines sportives, collectives ou individuelles, en loisir ou en compétition.

Cette brochure a pour objectif de vous présenter les différentes activités proposées par le C.O.C pour la saison 2014-2015.

Depuis son origine, le C.O.C s'est fixé comme objectif la pratique du sport par le plus grand nombre, quel que soit son âge, dans des conditions d'encadrement bien maîtrisées et pour des coûts accessibles et abordables.

Rendez-nous visite au secrétariat et dans les différents gymnases ou sur notre site internet : www.chennevières-coc.fr
Contactez-nous aussi sur coc.secretariat@club-internet.fr

Le C.O.C sera également présent au « Village des Associations » le samedi 13 septembre 2014.

Comme près des 1 280 adhérents de 18 mois à plus de 80 ans qui nous ont rejoints l'an passé, venez rejoindre le Centre Omnisports de Chennevières.

Sportivement,

Le Président, Jean-Philippe DEVEAUX

LES SPORTS PRATIQUÉS

- Aïkido
- Badminton
- Basket-ball
- Danse country
- Danse de salon
- Échecs
- Escalade
- Fit-step
- Baby Gym' / Mini Pouce / 4 pattes **NOUVEAU**
- Gymnastique forme et loisirs
- Gymnastique sportive (GAF/GAM/GAC **NOUVEAU**)
- Gymnastique volontaire / Stretching postural
- Judo / Jujitsu / Chanbara
- Karaté
- Modern'jazz
- Randonnée
- Taekwondo
- Taïchi Chuan
- Tennis
- Volley-ball
- Yoga
- Zumba enfant **NOUVEAU**
- Zumba adulte



OÙ PRATIQUER ?

Salle du C.O.C
90 rue Aristide Briand

Stade Aristide Briand
58 bis rue Aristide Briand

Gymnase du Moulin
Avenue du Moulin à Vent

Stade Armand Fey
Route du Plessis

Gymnase Rousseau
Route du Plessis

Salle Marcel Cordelle
8 avenue de Chagny

Fort de Champigny
140 bis rue Aristide Briand

AÏKIDO



Pratique d'origine martiale des Bushis (guerriers japonais) du V^{ème} au XVIII^{ème} siècle, corrigé par Maître Ueshiba (1889-1969), l'Aïkido nous permet l'étude et la pratique de ces anciens arts de combat en toute sécurité.

Il conduit à mettre en oeuvre des techniques (avec armes et à mains nues) qui, en utilisant l'action du partenaire amènent à neutraliser son attaque sans volonté de lui nuire.

Lieu : Salle Cordelle

Horaires :

	Jeune Hakama	Jeune	Adultes et jeune adulte
Lundi :	18h30 - 19h30		19h30 - 21h30
Jeudi :		18h30 - 19h30	19h30 - 21h30
Samedi :	15h30 - 17h00	14h00 - 15h15	

Contact :

Christophe GAST
Président de section

Tél. : 06 80 42 90 58
aikido94430@gmail.com

Plus d'infos sur :

club.quomodo.com/aikido94430

Reprise des cours lundi 8 septembre 2014

BADMINTON



Notre club vous accueille dans un climat de convivialité, de détente, d'amitiés, de sportivité pour une pratique de ce sport agréable.

Le loisir et, pour ceux qui le désirent, les interclubs du jeudi permettent à chacun d'entre nous de se faire plaisir suivant ses ambitions et ses possibilités.

Le club de Badminton a le désir de vous permettre une détente plus ou moins sportives suivant vos attentes.

Rejoignez-nous, demandez aux anciens, ils sont ravis.

Lieu : Gymnase du Moulin

Horaires :

	Loisir	Entraînement Jeunes	Entraînement Adultes
Lundi :	20h30 - 22h00		



	Loisir	Entraînement Jeunes	Entraînement Adultes
Jeudi :	20h00 - 22h00		
Vendredi :	19h00 - 20h30		
Samedi :		17h00 - 19h00	19h00 - 20h30

Contact :

Thierry LANIESE
Président de section

Tél. : 06 12 84 87 51
laniesse_thierry@hotmail.com

Reprise des cours lundi 15 septembre

BASKET-BALL



Dès 4 ans, nous accueillons les basketteurs de tous âges quelques soit leur niveau pour de la compétition ou du loisir.

Nos entraîneurs diplômés sont derrière toutes nos équipes pour leur faire décrocher les plus prestigieuses trophées.

Dès la rentrée, nous serons en mesure de vous renseigner pour toutes les catégories, les modalités d'inscriptions et les heures d'entraînement. A partir du 15 août, vous pourrez télécharger sur notre site tous les documents pour les inscriptions.

Lieu : Stade Arisitide Briand

Horaires : Renseignements auprès du responsable de la section

Contact :

Yves LETOUX
Président de la section

yvesletoux@sfr.fr
Tél. : 06 09 18 31 82

Plus d'infos sur :

cochennevieres-basket.fr

DANSE COUNTRY



Venez rejoindre les « Country Dancers » qui se sont éclatés sur le parquet de notre salle chaque jeudi soir.

Nathalie et Alain MENU vous y enseigneront avec talent et humour une multitude de « Line Dances » et vous feront partager leur amour de la culture américaine.

Lieu : Salle du C.O.C

Horaires :

	Novice	Intermédiaire
Judi :	19h30 - 20h30	20h00 - 21h00

Contact :

Nathalie et Alain MENU
Professeur Tél. : 01 45 90 89 17

Sylvie VOERMAN
Responsable de la section Tél. : 01 77 20 19 27
sylvie.voerman@numericable.fr

Reprise des cours jeudi 18 septembre 2014

DANSE DE SALON



Vous désirez apprendre à danser ou vous perfectionner ?

Trois niveaux sont assurés par le professeur certifié, Corinne Gérard, qui se fera un plaisir de vous accueillir dans une ambiance conviviale pour vous initier aux différentes chorégraphies des danses de salon (salsa, bachata, cha-cha, mambo, rumba, samba, rock, paso, valse, tango, madison, charleston, quickstep, etc...).

Au plaisir de vous retrouver sur notre piste de danse.

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

	Cours 3 niveaux	Entraînement libre
Mardi :	19h00 - 22h00	
Judi :		20h30 - 22h00

Contact :

Corinne GÉRARD
Professeur Tél. : 06 80 65 41 69

Jacques RAVEL
Responsable de la section Tél. : 01 45 94 88 36
jacques.ravel@wanadoo.fr

Reprise des cours mardi 16 septembre 2014

ÉCHECS



Les échecs sont entrés dans le vocabulaire politique et journalistique. On parle de l'échiquier mondial, d'un politicien qui avance ses pions, d'un autre qui joue sa pièce maîtresse, etc.

Vous avez tous entendu l'expression : « il a été échec et mat », dans le sens, il a perdu, il a échoué.

Les échecs, seul jeu véritablement universel, fascinent le monde. Vous êtes intéressés ?

Avec l'école des échecs, les jeunes apprennent non seulement à jouer aux échecs, mais également la patience et la concentration, qualité indispensable pour un bon travail scolaire.

Débutants ou joueurs confirmés, nous accueillons tout le monde, en compétition ou pour le loisir, tentez de mettre et mat.

Lieu : Salle du C.O.C

Horaires :

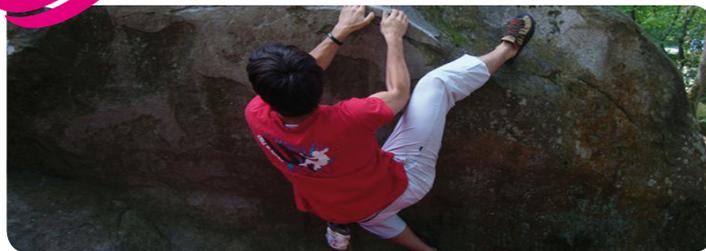
Vendredi :	à partir de 20h45	Adultes
Samedi :	14h00 - 17h00	école des échecs à partir de 7 ans

Contact :

Claude ZLATNIK
Président de la section Tél. : 01 45 76 41 27
Mobile : 06 77 81 86 54

Reprise des cours vendredi 5 septembre 2014 pour les adultes et samedi 13 septembre pour l'école d'échecs

ESCALADE



La section escalade accueille les grimpeurs novices et chevronnés dès 6 ans. Que ce soit pour le loisir ou la compétition atteignez les sommets dans une ambiance familiale et conviviale.

Des sorties (Fontainebleau / en falaise) et des séances à thèmes sont prévues toute l'année pour découvrir de nouvelles sensations avec les idées toujours aussi innovantes de notre équipe d'entraîneurs.

Le C.O.C Escalade invente tous les ans de nouveaux défis de grimpe avec l'organisation de sa compétition Pof Génération pour amuser et faire grimper petits et grands.

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

	6 - 12 ans	13 - 15 ans	+ 16 ans
Lundi :			20h00 - 22h00
Mercredi :		19h00 - 20h30	20h30 - 22h00
Judi :	19h00 - 20h30		20h30 - 22h00

Contact :

Kristel DEVEAUX
Président de section Tél. : 06 33 76 59 76
kristell.deveaux@yahoo.fr

Plus d'infos sur :

facebook.fr/coc.escalade

Reprise des cours lundi 15 septembre 2014

BABY GYM' – MINI POUCE SECTION 4 PATTES **NOUVEAU**



NOUVEAU 4 PATTES

Cette discipline est destinée aux enfants qui n'ont pas encore réalisé leur 1er pas. Ils pourront évoluer entièrement à quatre pattes sur circuit ludique qui leur apprendra à développer l'équilibre, la coordination et la confiance en soi. La présence d'un adulte est obligatoire.

BABY GYM & MINI POUCE

Cette activité physique s'effectue avec du matériel pédagogique adapté, encadré par des professionnels de la petite enfance, le tout sous une forme ludique leur permettant un meilleur développement et un épanouissement total.

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

	4 pattes	Baby gym	Mini pouce
Mercredi :	10h45 - 11h30	9h15 - 10h00	10h00 - 10h45
Samedi :		9h00 - 12h00	9h00 - 12h00

Contact :
Secrétariat du C.O.C

Tél. : 01 45 76 17 66

Reprise des cours mercredi 17 septembre 2014

GYMNASTIQUE FORME & LOISIR FIT STEP 10-15 ANS



GYMNASTIQUE FORME & LOISIR

Step, Abdos, Fessiers...Venez transpirer avec nous ! Un cours de gymnastique pour votre bien-être qui se pratique dans une ambiance sympathique et amicale.

FIT STEP 10 - 15 ans

Le Fit Step est une chorégraphie de groupe en musique utilisant les pas de base de l'aérobic. Une activité attrayante et conviviale entre adolescents.

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

Mardi et Jeudi : 19h30 - 21h00 ou 20h00 - 21h30 sera confirmé à la rentrée

Contact :
Secrétariat du C.O.C

Tél. : 01 45 76 17 66

Reprise des cours mardi 9 septembre 2014

GYMNASTIQUE SPORTIVE



NOUVEAU GYMNASTIQUE ACROBATIQUE (GAC)

La GAC est une discipline collective mélangeant des éléments acrobatiques (pyramides statiques et dynamiques) ainsi que des éléments gymniques individuels, le tout relié par une chorégraphie, parfaitement synchronisée sur une musique.

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE ET MASCULINE (GAF & GAM)

La GAF et la GAM se pratiquent dans une salle spécialisée où les gymnastes évoluent, en toute sécurité, sur différents agrès, tel que les barres, la poutre, le saut ou même les anneaux. (Groupes loisirs et compétitions).

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

- **GAC :** lundi 19h30 - 21h00 ou 20h00 - 21h30 sera confirmé à la rentrée
- **GAF / GAM :** Cours toute la semaine, se renseigner auprès du responsable de la section

Contact :

Secrétariat du C.O.C

Tél. : 01 45 76 17 66

Reprise des cours lundi 15 septembre 2014

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE STRETCHING POSTURAL



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Un sport sans compétitions, sans classement, accessible à tous : adultes, jeunes et moins jeunes. 10 séances hebdomadaires de niveau et d'esprit légèrement différents : gym'douce, gym'tonique, gym'réalisé en musique avec des enchaînements rythmés.

STRETCHING POSTURAL

Activité sportive consistant à un ensemble d'auto-étirements et de techniques respiratoires. Cette discipline exclusivement statique, vous fera découvrir votre musculature profonde (posturale) et prendre conscience de vos souplesses ou de vos raideurs articulaires, pour atteindre le bien-être de votre corps.

Lieu : renseignements auprès du responsable de section

Horaires : Renseignements auprès du responsable de la section

Gymnastique volontaire : 10 séances par semaine

Stretching postural : 4 séances par semaine

Contact :

Secrétariat du C.O.C

Tél. : 01 45 76 17 66

JUDO - JUJITSU - CHANBARA



JUDO

Dès 4 ans, le Judo, littéralement voie de la souplesse éduque les réflexes et l'adresse. Il développe les qualités mentales et l'esprit de décision.

Le JUDO, c'est l'entraide qui règne entre les pratiquants, la correction et la courtoisie exigées, le respect du partenaire, la discipline, l'humilité et la sincérité dans la pratique.

Horaires :

Maxi poussin (4 - 5 ans)	et/ou	Mercredi	17h30 - 18h30
		Jeudi	17h30 - 18h30
Super poussin 1 (6 ans)		Mardi	14h00 - 15h00
		Vendredi	17h30 - 18h30
Super poussin 2 (7 ans)		Mercredi	15h00 - 16h00
		Vendredi	17h30 - 18h30
Poussin 1 (8 ans)		Mercredi	16h00 - 17h00
		Vendredi	18h30 - 19h30
Poussin 2 (9 ans)		Mercredi	17h00 - 18h00
		Vendredi	18h30 - 19h30
Benjamin - Minime (10 - 13 ans)		Mercredi	18h00 - 19h30
		Vendredi	19h30 - 20h30
> Minime 14 ans à adultes		Mardi - Jeudi	20h30 - 22h00
Handi judo		le lundi ou le jeudi (contacter le responsable de section)	

JUJITSU

Dès 12 ans, le Jujitsu, cet art martial, aujourd'hui comme hier, nous donne des moyens efficaces pour se protéger des agressions. Les femmes et les hommes peuvent aborder cette discipline sans pratique antérieure d'un Art Martial.

Activité également de loisir, la saison est émaillée d'animations diverses où il nous est arrivé de recevoir des champions du monde de la discipline comme Patricia FLOQUET et Percy KUNSA !

Horaires :

Benjamin / Minime (10 - 16 ans)		Jeudi	19h30 - 20h30
		+ un cours judo obligatoire	
16 ans à adultes	et/ou	Mercredi	20h00 - 21h30
		Vendredi	20h30 - 22h00

CHANBARA

Dès 6 ans, le Chanbara se veut l'héritier direct et fidèle des combats livrés entre samourais de par son esprit et son réalisme. Les pratiquants de tous niveaux peuvent s'entraîner ensemble (armes en mousse) et combattre avec la même règle - couper sans se faire couper - et sans la peur de blesser la personne en face de soi, les débutants prendront immédiatement du plaisir à la pratique.

Ce cours « multi-âges » vous permet aussi de pratiquer avec vos enfants.

Horaires : Mardi de 19h00 à 20h00 de 6 ans à adultes

Lieu : Stade Armand Fey

Contact :

Nadine

Tél. : 06 88 63 83 15

coc.secretariat@club-internet.fr

Eric

Professeur

Tél. : 06 60 70 83 01

Plus d'infos sur : cocjudojujitsu.free.fr

Page Facebook :

Fan Club - C.O.Chennevières - section Judo - Ju Jitsu

2014/2015 Baisse des Tarifs – réductions Familles – chèques vacances ou coupons sports acceptés

Reprise des cours mardi 2 septembre

KARATÉ



Dès 16 ans, fondés sur un apprentissage progressif des techniques, le karaté-do permet aux élèves de développer une discipline personnelle du corps et de l'esprit.

La pratique du karaté est possible pour toutes et tous !

En plus des entraînements hebdomadaires, de nombreux stages de perfectionnement sont proposés pendant la saison.

Nous suivons le style Shotokan Ohshima reconnu par la FFKDA, dont Richard Hiegel, notre professeur avec Jacques Dupré, est expert fédéral.

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

Lundi - Mercredi : 20h00 à 22h30

2 samedi/mois : 9h00 - 12h00

Plus d'infos sur :

cocsk.free.fr

Reprise des cours mercredi 3 septembre

MODERN'JAZZ



Dès 7 ans, ouvert à tous quelque soit son niveau, venez danser sur des chorégraphies inspirées du style «Hip Hop», du Moderne et du Jazz.

Lieu : Stade Armand Fey

Horaires :

	Débutants	Intermédiaire	Tous niveaux
Mercredi :	16h00 - 17h00		18h15 - 19h30

	Débutants	Intermédiaire	Tous niveaux
Vendredi :		19h15- 20h30	
Vendredi : 18h00-19h00 Etirements et renforcements musculaires			
Contact : Corinne Professeur			
Tél. : 09 52 88 42 73 / 06 74 29 05 68			
Reprise des cours mercredi 17 septembre 2014			

RANDONNÉE



Sport accessible sans limitation d'âge et sans esprit de compétition, seule la bonne humeur est obligatoire. La Grolle Canavéroise exerce ses talents un samedi, deux jeudis et 2 dimanches par mois y compris pendant les petites vacances scolaires. Journées complètes le samedi et le jeudi avec rando d'environ 20 km et demie journée (matin) le dimanche avec rando de 10 km environ. Nous vous proposons un séjour « raquettes » en hiver et un séjour « campagne » ou « mer » en été, ainsi que quelques autres activités telles que : rallye-surprise, rando resto, visite de château en rando, les passages couverts à Paris, etc ...

Venez faire un essai avant de vous engager, nous serons heureux de vous accueillir pour une ou deux randonnées de votre choix.

Contact :
Yves PINOT
Président de section

Tél. : 01.45.76.89.46
yvesjean.pinot@free.fr

Reprise des cours mi-septembre

TAEKWONDO



Ouvert à tous à partir de 13 ans, le taekwondo transmet des valeurs de dépassement de soi via ses trois composantes : le combat, la technique et la self-défense.

Encadrer par des professeurs expérimentés, venez essayer cette discipline olympique lors d'une séance gratuite.

Lieu : Gymnase Rousseau

Horaires :

	Tous niveaux	Ceinture bleues et +
Mardi :	20h00 - 21h00	21h00 - 22h00
Jeudi :	19h00 - 22h00	

Contact :
Secrétariat du C.O.C

Tél. : 01 45 76 17 66

Plus d'infos sur : tkd.contact.free.fr

TAÏCHI CHUAN



Pratiqué en Chine depuis des siècles, le tai-ji est une pratique de santé et la base d'arts martiaux. Il repose essentiellement sur le travail et la maîtrise de l'énergie vitale (le ji en chinois).

Persévérance, assiduité et rigueur sont les maîtres mots de la pratique, mais le bien être mental et physique que l'on en retire justifie bien quelques efforts (diminution des tensions, évacuation du stress, travail de mémoire pour assimiler les séquences du «tao» (enchaînement). Les séances sont ouvertes à tous et pour tous les âges.

Lieu : Fort de Champigny

Horaires : jeudi de 19h30 à 21h00

Contact :
Rose PETAZZONI

Tél. : 01 48 80 35 24

Reprise des cours jeudi 11 septembre

TENNIS



MINI TENNIS

Une façon ludique de découvrir le tennis pour les enfants de 4 à 6 ans, le mini tennis constitue la première étape avant le Club Junior. Les cours sont dispensés dans les différents gymnases de Chennevières.

ECOLE DE TENNIS

Spécifiquement adapté aux jeunes filles et garçons de 7 à 18 ans avec un enseignement orienté vers le renforcement technique et tactique, avec engagement de plusieurs équipes dans les tournois Interclub.

COURS COLLECTIFS ADULTES :

De l'initiation au perfectionnement, entraînement pour les adultes en cours collectifs de 6 personnes maximum avec pour les compétiteurs organisation de tournois par équipe ou en individuel.

TENNIS LIBRE

Pour tous ceux qui aiment le tennis loisir avec possibilité de réserver les courts par internet 48 h à l'avance, sans se déplacer.

Lieu :

Complexe Aristide Briand avec deux extérieurs en béton poreux et un couvert en résine homologués FFT.

L'ensemble des gymnases de Chennevières pour le mini tennis, l'école de tennis, et les cours Adultes.

Inscription :

Avec le dossier complet impérativement (fiche d'inscription, certificat médical et règlement), au Chalet du stade Aristide Briand :

- Samedi 06,13 et 20 septembre de 14 h à 17 h
- Mardi 09 septembre de 18 h à 20 h
- Mercredi 10 et 17 septembre de 14 h à 17 h.

Contact :

Antoine MARQUET
Président de section

Tél. : 06 43 64 49 89
anmarquet@gmail.com

Gilbert SOCHET
Responsable sportif

Tél. : 06 42 24 58 49

Plus d'infos sur : coc.tennis.clubeo.com

Reprise des cours lundi 15 septembre

Contact :
Secrétariat du C.O.C

Tél. : 01 45 76 17 66

Reprise des cours mardi 16 septembre



L'engouement ne se dément pas pour les rythmes endiablés, une nouvelle séance a ainsi été ouverte pour les fans du sport en musique.

Une section Kids ouvre ses portes pour la saison 2014-2015 : un cours de danse fitness destiné aux fans de Zumba âgés de 6 à 12 ans, dans lesquels ils pourront se déhancher sans retenue. L'objectif : s'amuser et bouger en rythme.

Lieu :

Gymnase du Moulin - adolescents et adultes
NOUVEAU Stade Armand Fey - Zumba Kids (6-12 ans)

Horaires :

	Ados - Adultes	Zumba Kids (6-12 ans)
Mercredi	19h00 - 20h00	17h00 - 18h00
Vendredi	20h30 - 21h30	

Contact Zumba Ados - Adultes : Secrétariat du C.O.C
Tél. : 01 45 76 17 66

Contact Zumba Kids : Corinne
Tél. : 09 52 88 42 73 / 06 74 29 05 68

Reprise des cours mercredi 17 septembre

VOLLEY LOISIR



Vous qui avez découvert ce sport durant cet été, ou vous qui le pratiquez régulièrement, revivez ces plaisirs en venant pratiquer le VOLLEY LOISIR. Vous y trouverez une ambiance qui sait allier les aspects sportifs, amicaux et conviviaux d'un sport d'équipe.

La composition des joueuses et joueurs est essentiellement constituée d'anciens compétiteurs, mais également de personnes qui ont découvert cette discipline pendant leurs loisirs, sans oublier les joueurs actuellement licenciés dans des clubs situés en périphérie de la commune de Chennevières. La présence de ces derniers et la détermination des autres, permet de maintenir un niveau très acceptable.

Depuis des années, la fréquentation constante de cette activité démontre bien la réussite de cet amalgame entre les anciens joueurs et les nouveaux, qui veulent se perfectionner, mais tous tiennent surtout à conserver cette ambiance qui sait allier l'aspect sportif, amical et convivial de ce sport d'équipe. Alors laissez-vous tenter !

Lieu : Gymnase du Moulin

Horaires : dimanche de 10h00 à 12h00

Contact :

Didier Trémoureux

Tél. : 06 73 40 63 08
didier.tremoureux@yahoo.fr

Reprise des cours dimanche 7 septembre

YOGA



L'objectif du yoga est d'équilibrer le corps et l'esprit par des exercices (posture – asanas) accompagnés d'une respiration contrôlée et de méditation. Le yoga permet de découvrir qu'il y a en nous un espace de paix ou il fait bien-être.

Lieu : Salle du C.O.C

Horaires : Mardi de 18h15 à 19h45 et 20h00 à 21h30

SECRÉTARIAT DU C.O.C

90, rue Aristide Briand - 94430 Chennevières-sur-Marne
Tél. : 01 45 76 17 66
coc.secretariat@club-internet.fr

Lundi	Fermeture
Mardi	17h00 - 20h00
Mercredi	14h00 - 17h00
Jeudi	17h00 - 20h00
Vendredi	14h00 - 17h00
Samedi	10h00 - 12h00 / 14h00 - 17h00

PARTENARIAT **Crédit Mutuel**
LA banque à qui parler

Le crédit Mutuel vous offre votre cotisation annuelle au C.O.C dans la limite de 80 € pour toute ouverture d'un compte (renseignements au secrétariat du C.O.C).

COTISATIONS 2014 - 2015

Années de Naissance	2010 à 2000	1999 à 1996	1995 et moins	LOISIRS
COTISATION COC	43 €	43 €	43 €	43 €
AÏKIDO à partir de 5 ans	205 €	250 €	250 €	
BADMINTON à partir de 7 ans	80 €	80 €	80 €	
BASKET à partir de 4 ans	160 € (1)(2)	165 € (2)	220 €(3)	125 €
DANSE DE SALON		6,20 €/h	6,20 €/h	
DANSE COUNTRY			165 €	
DANSE MODERN'JAZZ à partir de 7 ans	150 €	150 €	150 €	
ECHECS à partir de 7 ans	20 €	23 €	23 €	
ESCALADE à partir de 6 ans	112 €	122 €	142 €	
BABY GYM - MINI POUCE ET 4 PATTES (2014 à 2009)	164 €			
GYM SPORTIVE GAF-GAM-GAC (4)				
1 cours (2h)	204 €	204 €	204 €	
2 cours (2h à 4h)	229 €	229 €	229 €	
3 cours (4h et +)	254 €	254 €	254 €	
GYM FORME ET LOISIRS (Gym Maman)				
1 cours		164 €	164 €	
2 cours		189 €	189 €	
FIT-STEP 10/15 ans	199 €	199 €		
GYM VOLONTAIRE - STRETCHING POSTURAL				
1 séance par semaine		115 €	115 €	
Plusieurs séances par semaine		150 €	150 €	
JUDO à partir de 4 ans(5)				
1 séance par semaine	140 €	140 €	140 €	
2 séances par semaine	183 €	183 €	183 €	
JU JITSU à partir de 12 ans(5)				
1 séance par semaine	140 €	140 €	140 €	
2 séances par semaine	183 €	183 €	183 €	
CHANBARA à partir de 6 ans(5)	140 €	140 €	140 €	
KARATÉ à partir de 16 ans (6)		188 €	188 €	
RANDONNÉE		15 €	15 €	
TAEKWONDO à partir de 13 ans		210 €	210 €	
formule duo		190 €	190 €	
parrainage		180 €	180 €	
TAÏCHI CHUAN		160 €	160 €	
TENNIS CLUB JUNIOR 1 séance par semaine (7)*	160 €	160 €		
TENNIS CLUB SENIOR 1 séance par semaine (8) (9)*			270 €	
TENNIS LIBRE (9)(10)**			170 €	
MINI TENNIS de 4 à 7 ans*	135 €			
VOLLEY				43 €
YOGA 1 séance par semaine		165 €	165 €	
ZUMBA ADULTES				
1 séance par semaine		115 €	115 €	
2 séances par semaine		150 €	150 €	
ZUMBA ENFANTS 6 à 12 ans 1 séance par semaine	150 €	150 €		

A partir du 3ème enfant d'une famille, la cotisation COC (43€) est gratuite. Les 3 enfants doivent faire partie du COC.

- ▶ (1) 145 € enfants nés en 2010/2009/2008
- ▶ (2) 170 € enfants nés en 2001/2000
- ▶ (3) 180€ enfants nés en 1997/1996/1995
- ▶ (4) Si déjà inscrit en GAF 25€ supplémentaire pour une inscription GAC
- ▶ (5) Judo Jujitsu Chanbara tarif duo famille moins 15€ sur le total des cotisations
- ▶ (6) Karaté 120 € pour les moins de 25 ans (nés en 1988 et après)
- ▶ (7) Tennis Junior 90 € pour une heure supplémentaire par semaine
- ▶ (8) Tennis senior 150 € pour une heure supplémentaire par semaine
- ▶ (9) Licence FSGT : 30 €
- ▶ (10) Tennis libre demi saisondu 1er Mars au 31 aout : 110 €

* Ancien adhérent mini Tennis 131 € - Ancien adhérent junior : 155 €
Ancien adhérent seniors : 260 €

** Ancien adhérent libre : 165 €

INSCRIPTION

- formulaire d'inscription complété
- certificat médical (sauf pour la section échecs)
- chèque à l'ordre du C.O.C pour le montant total des cotisations dues (C.O.C + section)
- Pour certaines sections (voir avec le responsable) : photos et enveloppe timbrée.

La cotisation C.O.C de 43 € est payable chaque année. Les inscriptions ne sont pas pris en compte si le dossier est incomplet ou non signé.

En vertu de l'article 2.34 des statuts du C.O.C, **les sommes versées à l'association au titre du droit d'entrée comme à celui de la cotisation, lui sont définitivement acquises.** Elles ne peuvent en aucun cas faire l'objet d'une demande de restitution en cas de départ de l'adhérent.

