

Aquagym pour tous

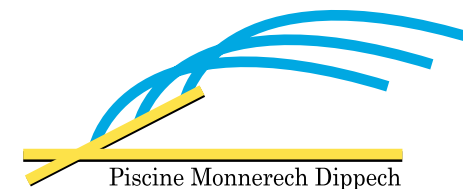
Fortifie le système cardio-vasculaire et renforce la musculature en douceur. S'adresse à tout le monde aussi bien aux sportifs confirmés qu'aux personnes ayant des problèmes de santé. En outre l'effet massant de l'eau favorise l'irrigation de la peau, des muscles et des tissus conjonctifs et produit un raffermissement de l'ensemble.

Hydropower

Cours destinés aux personnes avec un niveau sportif plus élevé dans l'exercice de la gymnastique aquatique.

Aquagym douce pour seniors

Ces cours maintiennent la mobilité et la souplesse des articulations et de la musculature tout en tenant compte de la capacité sportive des participants.



PIMODI

Rue Arthur Thinnès
B.P. 85

L-3901 MONDERCANGE

Tél. 55 60 25 - 402

Fax: 55 60 25 - 435

E-mail: pimodi@pt.lu

Sites internet:
www.mondercange.lu
www.dippach.lu



COMMUNE
DE MONDERCANGE



DIPPACH

Cours aquatiques
2011/2012



Liebe Einwohner der Gemeinden Monnerich und Dippach

Das Schuljahr 2011-2012 wird demnächst beginnen und somit auch unsere PIMODI Wassergymnastik- und Schwimmkurse.

Wir sind überzeugt, dass unsere Stammkunden uns treu bleiben und neue Interessenten dazu kommen werden.

Ausser einigen Änderungen (die Kurse vom Montag, Aquagym pour tous und Hydropower, werden auf den Mittwoch verlegt. Der Kursus vom Mittwoch, Aquagym pour tous, wird auf den Montag verlegt) sind die Programme für 2011/2012 dieselben wie im vorigen Jahr. Auch die Einschreibprozedur bleibt unverändert. (Nachstehend alle wichtigen Informationen).

Bei Kursbeginn Ende September stehen unsere Kursleiter Jupp, Xavier und Mario Ihnen gerne für alle weiteren Fragen zur Verfügung.

Bei einer Wassertemperatur von 30° sowie einer Raumtemperatur von 32° wünschen wir Ihnen auch für das kommende Jahr eine angenehme sportliche Betätigung in unserer schönen Schwimmhalle.



Chers habitants des Communes de Mondercange et de Dippach

La nouvelle année scolaire va bientôt commencer et nos cours de gymnastique aquatique et de natation vont reprendre.

Nous sommes persuadés que nos clients des années passées nous resteront fidèles et que d'autres viendront nous rejoindre pour se maintenir en forme.

A part quelques changements, (les cours du lundi, Aquagym et Hydropower, se tiendront le mercredi. Le cours du mercredi, Aquagym pour tous, sera tenu le lundi) les programmes restent les mêmes pour 2011/2012. Ceci vaut également pour la procédure d'inscription. (Ci-après toutes les informations importantes).

Pour tout renseignement supplémentaire, les chargés de cours Jupp, Xavier et Mario seront à votre disposition fin septembre lors du début des cours.

Nous vous souhaitons une activité sportive agréable dans notre belle piscine avec une température ambiante de 32 degrés et une température de l'eau de 30 degrés.

Marie-Thérèse Sannipoli - Présidente / présidente
Jean-Paul Rischard, Vize-Präsident / vice-président
Jeannot Fürpass, Exekutivmitglied / membre de l'exécutif

Cours aquatiques 11/12

B. Bébé-nageur (B1-B9 et E1-E3) à indiquer sur le virement / prix 60 Euro / 12 leçons par période

Judi de 16h00 – 16h30 (de 3 mois – 1an)
de 16h40 – 17h10 (de 1 an – 2 ans)
de 17h20 – 17h50 (de 2 ans – 3 ans)
de 18h00 – 18h30 (de 3 ans – 4 ½ ans)

Période 1

B1 du 22.09. – 15.12.2011 (de 3 mois – 1an)
B2 du 22.09. – 15.12.2011 (de 1 an – 2 ans)
B3 du 22.09. – 15.12.2011 (de 2 ans – 3 ans)
E1 du 22.09. – 15.12.2011 (de 3 ans – 4 ½ ans)

Période 2

B4 du 05.01. – 29.03.2012 (de 3 mois – 1an)
B5 du 05.01. – 29.03.2012 (de 1 an – 2 ans)
B6 du 05.01. – 29.03.2012 (de 2 ans – 3 ans)
E2 du 05.01. – 29.03.2012 (de 3 ans – 4 ½ ans)

Période 3

B7 du 19.04. – 19.07.2012 (de 3 mois – 1an)
B8 du 19.04. – 19.07.2012 (de 1 an – 2 ans)
B9 du 19.04. – 19.07.2012 (de 2 ans – 3 ans)
E3 du 19.04. – 19.07.2012 (de 3 ans – 4 ½ ans)

Les participants de nos cours de bébé-nageur bénéficient d'un traitement préférentiel concernant l'accès au cours E1-E3 pour enfants de 3 à 4 ½ ans.

Remarques importantes:

1. Seul le virement vaut inscription.
2. Le virement doit indiquer les données suivantes:
 - a) Le nom et prénom du participant
 - b) Le numéro du ou des cours choisi(s)

Nos comptes bancaires:

DEXIA-BIL LU55 0029 1729 7069 8300
BCEE LU58 0019 1755 3838 4000

Pas de cours pendant les vacances scolaires.

Wichtige Bemerkungen

1. Die Einschreibung erfolgt durch die Überweisung.
2. Auf der Überweisung muss folgendes angegeben werden:
 - a) Name und Vorname des Teilnehmers
 - b) Die Nummer des oder (der) gewünschten Kurse(s)

Unsere Bankkonten:

DEXIA-BIL LU55 0029 1729 7069 8300
BCEE LU58 0019 1755 3838 4000

Während den Schulferien finden keine Kurse statt.

Cours d'animation Saison 2011/2012

N. Natation accompagnée pour adultes

(N1-N6) à indiquer sur le virement

Lundi et mercredi de 17h00 - 18h00
prix 60 Euro / 12 leçons

N1 du 19.09. – 26.10.2011
N2 du 07.11. – 14.12.2011
N3 du 02.01. – 08.02.2012
N4 du 13.02. – 28.03.2012
N5 du 16.04. – 23.05.2012
N6 du 04.06. – 11.07.2012

L. Aquagym pour tous

(L1 -L6) à indiquer sur le virement

Lundi de 18h30 - 19h30
prix 50 Euro / 12 leçons par période

L1 pér.1 du 19.09. – 12.12.2011
L2 pér.2 du 02.01. – 26.03.2012
L3 pér.3 du 16.04. – 09.07.2012

Mercredi de 18h15-19h15

prix 50 Euro / 12 leçons par période

L4 pér.1 du 21.09. – 14.12.2011
L5 pér.2 du 04.01. – 28.03.2012
L6 pér.3 du 18.04. – 11.07.2012

H. Hydro power

(H1-H3) à indiquer sur le virement
(max.: 25 personnes)

Mercredi de 19h30 - 20h30
prix 50 Euro / 12 leçons par période

H1 pér.1 du 21.09. – 14.12.2011
H2 pér.2 du 04.01. – 28.03.2012
H3 pér.3 du 18.04. – 11.07.2012

S. Gymnastique douce pour seniors (S1-S3) à indiquer sur le virement

Mardi de 15h00 - 16h00
prix 50 Euro / 12 leçons par période

S1 pér.1 du 20.09. – 13.12.2011
S2 pér.2 du 03.01. – 27.03.2012
S3 pér.3 du 17.04. – 17.07.2012

