

Cercle Omnisports Paris Centre

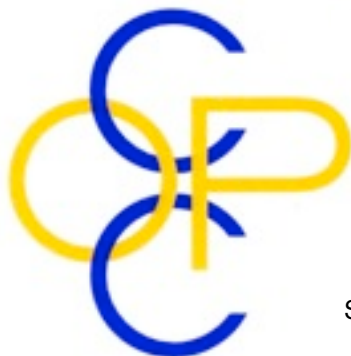
Aïkido - Badminton - Escrime - Gym - Roller - Volley - Yoga

Association Loi de 1901 n° 67971 P.P.
Agrément du Ministère de la Jeunesse et des Sports 75 S 8906
Siège social : 5 rue Perrée- 75003 Paris
Affilié à l'O.M.S. IIIème

7 disciplines à découvrir (ou re-découvrir) au cœur de Paris
pour tout les goûts

pour toutes les envies

pour se faire plaisir



SAISON 2010/2011

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS :

www.copc3.com

Sur place auprès des professeurs 1/4 d'heure avant les cours

Disciplines	Gymnases	Jours	Horaires	
AÏKIDO	Centre des Halles SUZANNE BERLIOUX Ens. : Jacques BARDET 6ème DAN - Diplômé d'Etat	Lundi	de 12 h 00 à 13 h 30 Débutants	
		Mercredi	de 18 h 30 à 20 h 00 Anciens, >1 an de pratique de 20 h 00 à 21 h 00 Armes (Boken-JO - Tanto)	
		Jeudi Vendredi Samedi	de 21 h 00 à 22 h 15 Débutants de 12 h 00 à 13 h 30 Armes (Boken-JO - Tanto) de 20 h 30 à 22 h 15 Anciens, >1 an de pratique de 8 h 45 à 10 h 30 Débutants	
	Adultes	MICHEL LE COMTE Ens. : Jacques BARDET 6ème DAN - Diplômé d'Etat	Mardi	de 11 h 45 à 13 h 30 Confirmés (4ème Kyu minim.)
			Jeudi	de 12 h 00 à 13 h 30 Débutants (Philippe AUBIN)
	Jeunes	Ens. : Franck DAUVE Diplômé d'Etat	Mercredi	de 13 h 45 à 14 h 45 Jeunes(CP à CM2) de 14 h 45 à 15 h 45 Ados débutants (6è à 3è) de 15 h 45 à 16 h 30 Tous niveaux ados (armes) de 16 h 30 à 17 h 30 Ados anciens (6è à 3è)
BADMINTON	MICHEL LE COMTE Ens. : Michel CARRERE Professeur E.P.S.	Mercredi	de 17 h 00 à 18 h 05 Jeunes de 12 à 16 ans	
			de 18 h 05 à 19 h 10 Jeunes de 12 à 16 ans	
			de 19 h 20 à 20 h 20 Adultes	
		Vendredi	de 20 h 20 à 21 h 20 Adultes confirmés	
de 21 h 20 à 22 h 20 Adultes				
ESCRIME	Gymnase Ecole Primaire SAINT-MARTIN Ens. : Olivier BONIN Maître d'Armes- diplômé d'Etat	Mardi / Jeudi	de 17 h 30 à 18 h 30 Enfants(CP à CM2) Tous niveaux	
			de 18 h 15 à 19 h 45 Pupilles >1 an de pratique	
		Vendredi	de 17 h 00 à 18 h 00 Enfants(CP à CM2) Tous niveaux	
		Mardi / Jeudi	de 18 h 15 à 19 h 45 Enfants de 12 à 17 ans	
			de 19 h 30 à 21 h 00 Adultes fleuret (épée/sabre libre)	
		Ados/Adultes	Vendredi	de 18 h 00 à 19 h 45 Jeunes de 12 à 17 ans
de 19 h 30 à 21 h 00 Adultes épée et sabre				

T.S.V.P. .../...

Correspondance : C.O.P.C c/o B. SANZ 18 rue Beccaria - 75012 PARIS - Tél : 0977 3995 78

Disciplines	Gymnases	Jours	Horaires
MULTI-GYM BODY SCULT CULTURE PHYSIQUE ABDO-FESSIERS STRETCHING	MICHEL LE COMTE Ens. : Cyril BONNET Professeur E.P.S. Ens. : Anne VALADE	Lundi Jeudi	de 18 h 10 à 18 h 45 Body-Scult (cardio) de 18 h 50 à 19 h 30 Taille-Abdos-Fessiers de 19 h 35 à 20 h 25 Stretching de 18 h 10 à 18 h 45 Culture physique de 18 h 50 à 19 h 30 Cuisses-Abdos-Fessiers de 19 h 35 à 20 h 25 Stretching
ROLLER	GYMNASE - 242 rue de Bercy 75012 Paris Ens. : Gérard SANZ diplômé d'Etat	Jeudi	de 17 h 00 à 18 h 00 - de 15 ans de 18 h 00 à 19 h 00 + de 15 ans et Adultes
VOLLEY	MICHEL LE COMTE Ens. : Jean-Benoît LAPEYRONIE MA-STAPS Gymnase LYCEE TURGOT Ens. : Jean-Benoît LAPEYRONIE MA-STAPS	Lundi Mardi	de 19 h 30 à 21 h 00 Ados, juniors et adultes débutants de 21 h 00 à 22 h 30 Juniors et adultes confirmés de 20 h 30 à 22 h 30 Tous niveaux
YOGA	MICHEL LE COMTE Ens. : Brigitte TRAZZI Diplômée F.Y.	Lundi Mercredi Jeudi	de 11 h 30 à 14 h 00 de 18 h 00 à 19 h 00 de 19 h 00 à 20 h 30 de 12 h 00 à 13 h 30 Tous les niveaux sont admis aux horaires proposés (débutants et aguerris)
YOGA EN DOUCEUR SPECIAL RETRAITES	MICHEL LE COMTE Ens. : Brigitte TRAZZI Diplômée F.Y.	Jeudi	de 15 h 15 à 16 h 15

DROITS D'ADHESION AU CLUB: 25 € pour l'année toutes disciplines

PIECES A FOURNIR: OBLIGATOIRES POUR L'INSCRIPTION

- 1 photo d'identité (pour les anciens: la carte d'adhésion au COPC)
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport concerné (postérieur au 1er sept 2010)
- la fiche d'inscription (intégralement remplie)
- la cotisation et l'adhésion

Sans ces pièces au COMPLET l'accès au cours est impossible

INSCRIPTIONS : Autorisation des parents pour les mineurs
 Sur place auprès du professeur 1/4 d'heure avant les cours

Gymnase des Halles SUZANNE BERLIOUX : 4, place de la Rotonde - Porte Saint-Eustache - 75001 Paris

Gymnase MICHEL LE COMTE : 12-14, rue Michel Le Comte - 75003 Paris

Gymnase Ecole Primaire SAINT-MARTIN : 211, rue Saint-Martin - 75003 Paris

Gymnase LYCEE TURGOT : 69, rue Turbigo - 75003 Paris

Gymnase BERCY : 242 rue de Bercy 75012

Renseignements téléphoniques : 0977 3995 78 - Site WEB. www.copc3.com

Correspondance : C.O.P.C c/o B. SANZ 18 rue Beccaria - 75012 PARIS - Tél : 0977 3995 78