

ACTIVITÉS PHYSIQUES ENFANTS & ADOLESCENTS

Du 8 septembre 2025 au 19 juin 2026

OFFRE FAMILLE : -10% sur le montant total des abonnements jeunes dès le deuxième enfant inscrit*

* Nous entendons par "deuxième enfant", un second enfant d'une même fratrie.

Pour bénéficier de la promotion, il vous sera demandé de transmettre une attestation de composition de ménage. Le remboursement des 10% sera effectué après vérification de celle-ci.



INFOS & INSCRIPTIONS sur
www.tremp4you.be

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PSYCHOMOTRICITÉ 1^{ÈRE} & 2^{ÈME} MATERNELLE 16h15-17h00 • Salle 2 190€/an	GYMNASTIQUE RYTHMIQUE FILLE (8-12 ans) 15h45-17h15 Salle 3 • 210€/an	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (6-8 ans) 13h45-15h15 • Salle 2 210€/an	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (10-12 ans) 16h-18h00 • Salle 1 • 290€/an	—
PSYCHOMOTRICITÉ 1^{ÈRE} & 2^{ÈME} MATERNELLE 16h15-17h00 • Salle 3 190€/an	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (6-8 ans) 16h30-18h30 • Salle 5 290€/an	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GARÇON (6-12 ans) 15h-16h30 • Salle 1 210€/an	PERFECTIONNEMENT FILLE (12-18 ans) 18h00-19h30 • Salle 1 210€/an	—
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (10-12 ans) 17h00-19h00 • Salle 1 290€/an	—	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (8-10 ans) 15h15-16h45 • Salle 2 210€/an	—	—
—	—	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (8-10 ans) 15h30-17h00 • Salle 5 210€/an	—	—
—	—	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (12-18 ans) 16h30-18h00 • Salle 1 210€/an	—	—
—	—	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FILLE (10-12 ans) 16h45-18h15 • Salle 2 210€/an	—	—

SENSATIONS FORTES ADOLESCENTS & ADULTES

Du 8 septembre 2025 au 19 juin 2026



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
—	—	AIRTRACK (dès 15 ans) 18h30-20h30 • Salle 1 290€/an	—	—

Éditeur responsable : Jérôme Deghislage – Av. de Broqueville -105/3 – 1200 Bruxelles

NOS ADRESSES:

Salle ❶ - Prinses Paolaschool
1 place de la Sainte Famille
1200 Woluwe St Lambert

Salle ❷ - Ecole Princesse Paola
268 chaussée de Roodebeek
1200 Woluwe St Lambert

Salle ❸ - Ecole Prince Baudouin
42 avenue du Couronnement
1200 Woluwe St Lambert

Salle ❹ - Poseidon
2 avenue des Vaillants
1200 Woluwe St Lambert

Salle ❺ - Ecole La Charmille
2B avenue de la Charmille
1200 Woluwe St Lambert

Salle ❻ - Ecole Sainte Jeanne de Chantal
31 avenue Marcel Thiry
1200 Woluwe St Lambert

La cotisation est annuelle et comprend l'assurance.
Le club se réserve le droit de supprimer un cours
en fonction de la fréquentation.

Le club est subsidié par le service
des Sports de la commune de
Woluwe-Saint-Lambert.

FONDS SPORTIF
DE WOLUWE-SAINT-LAMBERT

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADULTES & SENIORS

210€, ce qui donne accès à l'entièreté des activités de la catégorie

Du 1 septembre 2025 au 19 juin 2026



SAISON 2025-2026



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
GYMNASTIQUE + 65 ANS 10h30-11h30 Salle 4	GYMNASTIQUE LATINO 08h30-09h30 Salle 4	FESSES-ABDOS-CUISSSES 08h30-09h30 Salle 4	GYMNASTIQUE DYNAMIQUE 09h30-10h30 Salle 4	SPÉCIAL DOS 08h30-09h30 Salle 4
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN 17h00-18h00 Salle 4	GYMNASTIQUE + 65 ANS 09h30-10h30 Salle 4	STRETCHING 09h30-10h30 Salle 4	GYMNASTIQUE DOUCE 10h30-11h30 Salle 4	GYMNASTIQUE + 65 ANS 09h30-10h30 Salle 4
GYMNASTIQUE DOUCE 17h30-18h30 Salle 2	GYMNASTIQUE DOUCE 10h30-11h30 Salle 4	GYMNASTIQUE + 75 ANS 10h30-11h30 Salle 4	SPÉCIAL DOS 19h00-20h00 Salle 2	—
GYMNASTIQUE DOUCE 18h30-19h30 Salle 2	STRETCHING 18h30-19h30 Salle 2	STRETCHING 18h20-19h20 Salle 2	ZUMBA 19h30-20h30 Salle 3	—
GYMNASTIQUE CARDIO-MUSCULAIRE 19h30-20h30 Salle 2	GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN 19h30-20h30 Salle 2	GYMNASTIQUE EN MUSIQUE 19h30-20h30 Salle 2	—	—
FESSES-ABDOS-CUISSSES 19h30-20h30 Salle 3	—	—	—	—
ZUMBA 20h00-21h00 Salle 5	—	—	—	—



ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE ADULTES

Du 1 septembre 2025 au 19 juin 2026



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
HATHA YOGA 18h00-19h30 • Salle 3 250€/an	YOGA DEBUTANT 18h30-20h00 • Salle 3 250€/an	HATHA YOGA 19h00-20h30 • Salle 3 250€/an	PILATES 19h30-20h30 • Salle 5 210€/an	—
PILATES 18h00-19h00 • Salle 6 210€/an	RELAXATION 20h00-21h00 • Salle 3 210€/an	—	—	—
PILATES 19h00-20h00 • Salle 6 210€/an	—	—	—	—

- Activités physiques adultes et seniors
- Activités bien-être adultes
- Activités physiques enfants et adolescents
- Sensations fortes adolescents et adultes

Infos et inscriptions sur

www.trempe4you.be