

Créée en 1980, l'ASIP propose à tous les membres du campus de l'Institut Pasteur (pasteuriens, OREXs, étudiants, prestataires) **22 activités, 35 cours/entraînements, 2 salles et 36 heures de sport** chaque semaine. Cette offre variée permet à chacun de trouver la discipline qui lui convient.

*Founded in 1980, ASIP offers to all members of the Institut Pasteur (Pasteur employees, OREXs, students, service providers...) **22 activities, 35 courses/trainings, 2 gyms and 36 hours of sports** every week. This large selection allows everyone to find their appropriate discipline.*

### Tarifs / Fees

- Badminton, Basket, Course à pied, Tennis de table, Volley : 35€/41€
- Abdos-fessiers : 60€/66€
- Bal Folk, Cardio/Renfo, Gym, Karate, Pilates, Self defense, Step, Stretching, Tai Chi, Viêt Vo Dao, Yoga: 90€ / 100€
- Danse africaine : 125€/150€
- Modern'Jazz : 135€/150€
- Natation (carte 3 mois / 3 months pass) : 30€/33€
- Squash (10 tickets) : 105€/115€
- Cercles de la Forme (6 mois / 6 months) : 280€/290€
- Cercles de la Forme (1 an/1 year) : 420€/450€

- Ouverts à tous sans condition d'ancienneté
- Débutants bienvenus
- Inscription tout l'année
- Cours d'essai gratuit
- Chèques-vacances ANCV acceptés
- Tarifs de demi-saison / tarifs de fin saison
- Assurance comprise dans l'adhésion



© AdobeStock

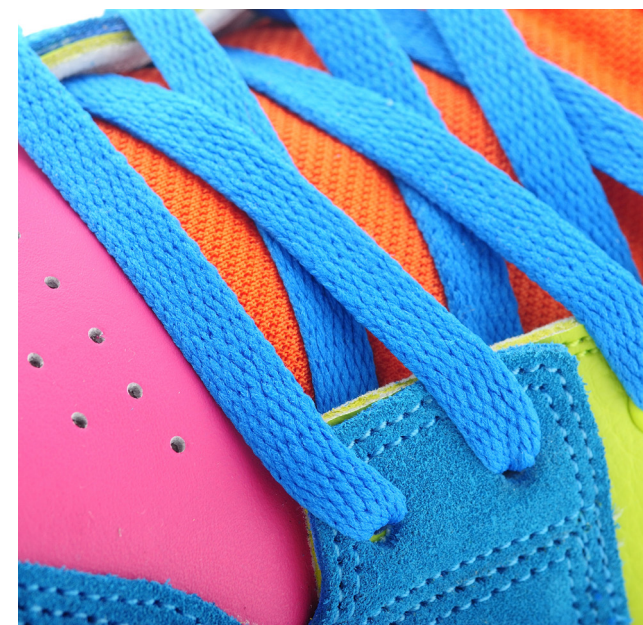
- *Open to all, no matter when you started*
- *Beginners welcome*
- *Registration all year long*
- *Free trial class*
- *ANCV holiday vouchers accepted*
- *Half-season rates / end of season discounts*
- *Insurance included in membership*



### Énergie ou détente?

#### Individuelle ou collective?

Découvrez nos nombreuses activités et trouvez la discipline qui vous convient...



© AdobeStock

### Energy or relaxation? Individual or collective?

*Discover our many activities and find the discipline for you...*



[asip@pasteur.fr](mailto:asip@pasteur.fr)  
[webcampus.pasteur.fr/ip/asip](http://webcampus.pasteur.fr/ip/asip)  
[facebook.com/groups/asip1980](https://facebook.com/groups/asip1980)

## BIEN-ÊTRE & MISE EN FORME WELL-BEING & FITNESS



- Abdos-fessiers
- Cardio/Renfo
- Gymnastique
- Pilates
- Step Work
- Stretching
- Yoga

## ARTS MARTIAUX MARTIAL ARTS

- Karaté •
- Self defense •
- Tai Chi Chuan •
- Viêt Vo Dao •



## COLLECTIF TEAM SPORTS



- Badminton
- Basket
- Tennis de Table
- Volley-Ball

## DANSES DANCES



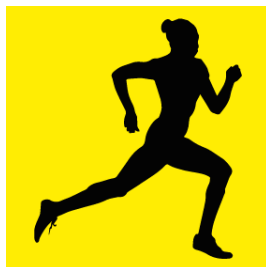
- Danse Africaine
- Bal Folk
- Modern' Jazz

## ACTIVITÉS SUBVENTIONNÉES SUBSIDIZED ACTIVITIES

- Cercles de la Forme •
- Natation •
- Squash •



## COURSE À PIED RUNNING



- Entraînement (12h-13h)
- Compétitions (5km, 10km, 20km, semi-marathon, marathon et trail)

## LUNDI/MONDAY

|                 |             |
|-----------------|-------------|
| Stretching      | 12h-13h     |
| Tennis de table | 12h-13h30   |
| Volley-Ball     | 12h-14h     |
| Basket-Ball     | 12h-14h     |
| Yoga            | 13h-14h     |
| Pilates         | 17h15-18h15 |
| Modern' Jazz    | 18h30-20h   |

## MARDI/TUESDAY

|                 |             |
|-----------------|-------------|
| Danse africaine | 12h-13h     |
| Karate          | 12h-13h     |
| Step Work       | 12h-13h     |
| Tai Chi Chuan   | 13h-14h     |
| Bal Folk        | 13h-14h     |
| Yoga            | 18h15-19h15 |

## MERCREDI/WEDNESDAY

|                 |             |
|-----------------|-------------|
| Tennis de table | 11h30-13h   |
| Self defense    | 12h-13h     |
| Viêt Vo Dao     | 12h-13h     |
| Badminton       | 12h-13h30   |
| Pilates         | 17h15-18h15 |
| Cardio/Renfo    | 18h15-19h15 |
| Volley-Ball     | 20h-22h30   |

## JEUDI/THURSDAY

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| Karate          | 12h-13h   |
| Step Work       | 12h-13h   |
| Pilates         | 13h-14h   |
| Stretching      | 13h-14h   |
| Tennis de table | 16h30-19h |

## VENDREDI/FRIDAY

|                |             |
|----------------|-------------|
| Abdos fessiers | 11h50-12h30 |
| Gymnastique    | 12h30-13h30 |
| Abdos fessiers | 13h30-14h10 |