

2021/2022
Dès le 20 Septembre



SPORT SANTÉ - GYM VOLONTAIRE SENS / ST CLÉMENT

Web : <http://gv-sens.fr> - tél : 06 89 39 08 98 - E-mail : contact@gv-sens.fr

GYM ENTRETIEN illimitée = 120€/An



et/ou avec Activités Complémentaires illimitées = 140€/An

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

ACTIVITÉS COMPLEMENTAIRES

	Savinien rue St Pierre le Vif - SENS- entrée espaces culturels	Gymnase Aristide Briand rue Charles Guérin SENS	Gymnase A. Minoun rue Clouzard St CLEMENT	Gymnase Jeu de Paume École Primaire 63 Bd du Mail SENS	AquaGym préinscription obligatoire	DOJO Emile Bonabot 13 rue Poincaré SENS
LUNDI	Gym tendance 14h30 à 15h30		Gym tendance 18h45 à 19h45	* Activités Physiques Adaptées (APA) 18h à 19h00		
MARDI	Gym Seniors 10h15 à 11h45 Gym dynamique 15h00 à 16h00		Gym dynamique 18h15 à 19h15			Gym Entretien 11h00 à 12h00
MERC		Gym dynamique 17h15 à 18h15				
JEUDI	Gym progressive 9h15 à 10h15 10h30 à 11h30	Danses-Fitness 19h15 à 20h15 Reprise le 06/01/22	* Activités Physiques Adaptées (APA) 17h00 à 18h30		AQUAGYM 18h45 à 19h45 REPRISE début octobre Tarif et Date à confirmer	
VEND	Gym bien-être 9h45 à 10h45					

MARDI

MARCHE NORDIQUE : Reprise le 28 septembre
10h00 à 11h30
RV Parking Parc Ballastière SENS

HATHA-YOGA : *Confirmés* 18h30 à 19h30
Débutants 19h30 à 20h30
École Primaire Jeu de Paume 63 bd Mail SENS

MERCREDI

GYM OXYGENE
en extérieur toute l'année 10h00 à 11h30
RV Parking Moulin à Tan SENS

JEUDI

PILÂTES (Reprise le 6 janvier 2022)
18h00 à 19h00
École Primaire Jeu de Paume 63 bd Mail SENS

HATHA-YOGA : 19h00 à 20h00
Gymnase A. Mimoun rue Clouzard St CLEMENT

VENDREDI

ZUMBA : 18h30 à 19h30
École Primaire Jeu de Paume 63 bd Mail SENS

=> * A.P.A = SÉANCES RÉSERVÉES AUX PERSONNES PRÉSENTANT UN HANDICAP (Lundi et/ou Jeudi) = 90€/an