

PLANNING DES COURS 2020 - 2021 (à compter du 17 septembre 2020)

GYM PLURIELLE 90 € (forfait)					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Gymnase F.ARNAUD	PILATES 18h00-19h00 Armelle				
	GYM 19h00-20h30 Armelle				
Gymnase REVAISON	Pilates Stretching 18h30-19h30 Victor	GYM 18h30-19h30 Corinne	STRETCHING 18h00-19h00 Sabine		
	GYM 19h35-21h05 Victor		GYM 19h05-20h05 Sabine		
Centre Nautique P. Mendes France	GYM 14h15-15h45 Céline				GYM 9h00-10h00 Victor
					STRETCHING 10h00-11h00 Victor
MJC Jean Cocteau	GYM 9h00-10h00 Edouard	GYM 9h30-10h30 Sabine		GYM 9h30-10h30 Céline	
		GYM SENIOR 9h30-10h30 Isabelle		GYM BIEN-ETRE 9h30-10h30 Corinne	
		GYM 10h40-11h40 Sabine		Pilates Stretching 10h40-11h40 Céline	
		GYM BIEN-ETRE 10h40-11h40 Corinne		GYM BIEN-ETRE 10h40-11h40 Corinne	
Gymnase S.Signoret Les Garennes		PILATES 18h15-19h15 Victor			
		GYM 19h15-20h30 Victor			
Gymnase Berliet			Cross-Training 20h30-22h00 Victor		
Gymnase Jean Macé	GYM DOUCE 18h15-19h15 Corinne				
Gymnase Jules Ferry			GYM DYNAMIQUE 19h30-20h30 Sabine		

SECTION TONIQUE 126 € (forfait)					
RADAR	9h15 à 10h00	10h00 à 10h45	17h45 à 18h30	18h30 à 19h15	19h15 à 20h00
LUNDI	BODY BARRE Céline	PILATES Céline	CUISSES ABDO FESSIER Marion	TOTAL BODY C Marion	ZUMBA Marion
MARDI	BODY SCULPT Marion	CARDIO BOXE Marion	BODY SCULPT Céline	CARDIO SCULPT Céline	PILATES Céline
JEUDI	ABDO FESSIER Marion	TOTAL BODY C Marion	ZUMBA Marion	CUISSES ABDO FESSIER Marion	CARDIO BOXE Marion
VENDREDI	BODY SCULPT Céline	FIT BALL STETCHING Céline			

GYMS CHINOISES 80 €/1h			
Radar	Xavier	Lundi 16h30 à 17h30	Mercredi 15h00 à 16h00
Gymnase F.Mansard	Xavier	Jeudi 18h30 à 19h30	

DANSES 80 €/1h		
Gymnase Revaion	Michel	Vendredi 18h30-19h30 Débutants
		Vendredi 19h45-20h45 Perfectionnants

COUNTRY LINE DANCE 80 €/1h		
Mosaïque (salle Hispano)	Catherine	Mercredi 9h30-10h30

MARCHE ACTIVE 104 €/2h		
Parc de Parilly	Victor	Mardi 8h30-10h30

AQUA'GYM 75 €/45'				
Piscine Caneton	Jours/Heures	11h30/12h15	11h30/12h15	16h30/17h15
	LUNDI	Yohann, Pierre		Daniel, Céline
	MARDI		Isabelle, Florence	
	JEUDI	Florence		Daniel, Frank

Retrouvez toutes les informations sur les Cours, les Animateurs, les Horaires, les Lieux
sur notre site : www.gvnarcisses.fr