Gymnastique Volontaire de SASSENAGE
SAISON 2022- 2023

Toutes les activités reprendront à partir du **12 Septembre 2022** et se termineront fin juin

Les inscriptions seront prises au Forum des Associations le samedi 3 Septembre à la halle Jeannie Longo de 10 à 16 H ou aux permanences, le Mardi 6 Septembre de 16 à 18 H et le Jeudi 8 de 18 à 19 H à la Salle Jacques Prévert.

Dossier complet à envoyer à Ghislaine IFTISSEN - 6 Hameau du Néron 38360 SASSENAGE ou à donner aux responsables de cours ou aux ABR. Renseignements Cécile Mahaut : 06 59 77 98 21

N°	ACTIVITE	JOUR	HORAIRES	LIEU	ANIMATEURS	TARIF
1	GYM DYNAMIQUE	LUNDI	8h45-9h45	Dojo des Pies	Caroline	1 Séance/Semaine 59,00 €
2	GYM SENIOR		9h45-10h45	Dojo des Pies	Caroline	
3	GYM DYNAMIQUE		18h30-19h30	Préau Ecole des Pies	Sarah	
4	GYM DYNAMIQUE	MARDI	12h30-13h30	Dojo des Pies	Isabelle	2 Séances/Semaine 99,00 €
5	GYM DYNAMIQUE	MERCREDI	18h15-19h15	Préau Ecole des Pies	David	
6	GYM SENIOR	JEUDI	8h45-9h45	Dojo des Pies	Hélène	3 Séances et plus/Semaine 124,00 €
7	GYM DYNAMIQUE		9h45-10h45	Dojo des Pies	Hélène	
8	GYM DYNAMIQUE		12h30-13h30	Dojo des Pies	Isabelle	
9	GYM DYNAMIQUE		19h00-20h00	Préau Ecole des Pies	Sarah	
10	GYM DYNAMIQUE	VENDREDI	8h30-9h30	Dojo Halle J. Longo	Caroline	
	STRETCHING	LUNDI	14h00-15h00	Salle Danse J. Longo	David	59,00 €
	STRETCHING	JEUDI	11h00-12h00	Dojo des Pies	Hélène	59,00 €
	PISCINE	MARDI	8h00-9h00	Piscine	Thierry	57,00 €
	SALLE MUSCULATION	VENDREDI	14h00-16h00	Halle J. Longo	Hélène	60,00 €
	YOGA	MERCREDI	9h00-10h30	Salle Danse J. Longo	Patrice	144,00 €
	YOGA DEBUTANT	VENDREDI	9h15-10h45	Salle des Engenières		144,00 €
	COUNTRY	JEUDI	17h50-18h50	Préau Ecole des Pies	Laura	60,00 €
	PILATES	LUNDI	15h15-16h15	Salle de Danse Halle J. Longo	Chantal	184,00 €
		JEUDI	15h15-16h15			184,00 €
	PILATES DEBUTANT	LUNDI	14h00-15h00	Dojo Halle j. Longo	Hélène	184,00 €
	GYM EQUILIBRE	LUNDI	15h00-16h00	Dojo Halle J. Longo	Hélène	124,00 €
	GYM PLEIN AIR	LUNDI	12h30-13h30	Stade de Foot	David	59,00 €
	ACTI'MARCHE	JEUDI	10h30-11h30	Stade de Foot	Chantal	59,00 €
		VENDREDI	10h30-11h30			59,00 €
	RANDO MARCHE NORDIQUE	SAMEDI	9h00-12h00	Parking Géant Casino	Patrick et Jean-Louis	30,00 €
	RANDONNEE	MARDI à la journée	MOUFLON	Départ Parking Géant Casino	Accompagnateurs Bénévoles de Randonnées (ABR)	30,00 €
			CHEVREUIL			
			BOUQUETIN			
			ISARD			
			CHAMOIS			

Pour tous Licence et Assurance Individuelle obligatoire : 27,50 € + Adhésion obligatoire à la GV Sassenage : 11 €.

Supplément de cotisation pour les non sassenageois : 6,00€. Possibilité de faire 1 séance d'essai

Contacts : Rose Calpena 04-76-27-51-95 - Carole Guillermet : 07-61-69-82-76

La section s'autorise le droit de supprimer l'une des séances si le nombre d'inscrits est insuffisant.

Pour la randonnée, le tarif des cars sera communiqué avant le début des activités.

Contacts rando : Bernard Fraix-Bavu 06-07-69-82-98 ou Didier Mercier 06-08-89-00-34 Jean-Louis Borel 06-88-38-22-27

Site internet : www.gv-sassenage.com Mail : gvsassenage@gmail.com