Gymnastique Volontaire de SASSENAGE
2ème semestre 2022- 2023

Toutes les activités reprendront à partir du 3 janvier 2023 et se termineront fin juin

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 40,00 €
2	GYM SENIOR		9h45-10h45	Dojo des Pies	Caroline	
3	GYM DYNAMIQUE		18h30-19h30	Préau Ecole des Pies	Marlène	
4	GYM DYNAMIQUE	MARDI	12h30-13h30	Dojo des Pies	Isabelle	
5	GYM DYNAMIQUE	MERCREDI	18h15-19h15	Préau Ecole des Pies	David	2 Séances/Semaine 66,00 €
6	GYM SENIOR	JEUDI	8h45-9h45	Dojo des Pies	Hélène	
7	GYM DYNAMIQUE		9h45-10h45	Dojo des Pies	Hélène	3 Séances et plus/Semaine 83,00 €
8	GYM DYNAMIQUE		12h30-13h30	Dojo des Pies	Isabelle	
9	GYM DYNAMIQUE		19h00-20h00	Préau Ecole des Pies	Caroline	
10	GYM DYNAMIQUE	VENDREDI	8h30-9h30	Dojo Halle J. Longo	Caroline	
	STRETCHING	LUNDI	14h00-15h00	Salle Danse J. Longo	David	40,00 €
	STRETCHING	JEUDI	11h00-12h00	Dojo des Pies	Hélène	40,00 €
	PISCINE	MARDI	8h00-9h00	Piscine	Thierry	38,00 €
	SALLE MUSCULATION	VENDREDI	14h00-16h00	Halle J. Longo	Hélène	40,00 €
	YOGA	MERCREDI	9h00-10h30	Salle Danse J. Longo	Patrice	96,00 €
	COUNTRY	JEUDI	17h50-18h50	Préau Ecole des Pies	Laura	40,00 €
	PILATES	LUNDI	15h15-16h15	Salle de Danse Halle J. Longo	Chantal	123,00 €
		JEUDI	15h15-16h15			123,00 €
	PILATES DEBUTANT	LUNDI	14h00-15h00	Dojo Halle j. Longo	Hélène	123,00 €
	GYM PLEIN AIR	LUNDI	12h30-13h30	***REPRISE DEBUT AVRIL (Stade de foot - David)***		
	GYM EQUILIBRE	LUNDI	15h00-16h00	Dojo Halle J. Longo	Hélène	83,00 €
	GYM EQUILIBRE	LUNDI	16h00-17h00	Dojo Halle J. Longo	Hélène	83,00 €
	ACTI'MARCHE	JEUDI	10h30-11h30	Stade de Foot	Chantal	40,00 €
		VENDREDI	10h30-11h30			40,00 €
	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)	20,00 €
			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