GV Sassenage : planning des activités 2020 2021

GYM (1 séance 59€ - 2 séances 99€ - 3 séances et plus 124€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dojo des Pies	1 Gym Dynamique 8h30 - 9h30 Corinne			6 Gym Sénior 8h30 - 9h30 Sylvie		
	2 Gym Sénior 9h30 - 10h30 Corinne	4 Gym Dynamique 12h30 - 13h30 Isabelle		7 Gym Dynamique 9h30 - 10h30 Sylvie		
				8 Gym Dynamique 12h30 - 13h30 Isabelle		
Préau Ecole des Pies	3 Gym Dynamique 18h30 - 19h30 Hélène		5 Gym Dynamique 18h15 - 19h15 David	9 Gym Dynamique 19h00 - 20h00 Elise		
Dojo Halle Jeannie Longo					10 Gym Dynamique 8h30 - 9h30 Hélène	

Gym Equilibre (124€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dojo Halle Jeannie Longo	Gym Equilibre 15h00 - 16h00 Hélène					

Yoga (144€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Salle de danse Halle Jeannie Longo			Yoga 9h00 - 10h30 Patrice		Yoga débutant 9h00 - 10h30 Patrice	

Pilates (184€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dojo Halle Jeannie Longo	Pilates débutant 14h00 - 15h00 Hélène					
Salle de danse Halle Jeannie Longo	Pilates 15h15 - 16h15 Chantal			Pilates 15h15 - 16h15 Chantal		

Salle de musculation (65€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Salle musculation Halle J Longo					Salle musculation 14h00 - 16h00 Hélène	

Danse Country (60€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Préau Ecole des Pies				Danse Country 17h50 - 18h50 Loris		

Piscine (57€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Piscine de Sassenage		Piscine 8h00 - 9h00 Thierry				

Acti'marche (59€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Parc de l'Ovalie				Acti'marche 10h15 - 11h15 Chantal	Acti'marche 10h30 - 11h30 Chantal	

Gym Oxygène (59€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Stade de foot	Gym Oxygène 12h30 - 13h30 Aurélie					

Rando Marche nordique (59€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Parc de l'Ovalie						Rando marche nordique 9h00 - 12h00 Patrick et Jean-Louis

Randonnée (30€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Selon planning		Pour tous les groupes Inscription doodle encadrement par bénévoles ABR				

Toutes les activités reprendront à partir du **14 Septembre 2020** et se termineront fin juin.
Les inscriptions seront prises au Forum des Associations le samedi 5 Septembre à la halle Jeannie Longo de 10 à 16 H ou aux permanences, le Mardi 8 Septembre de 16 à 18 H et le Jeudi 10 de 18 à 19 H à la Salle Jacques Prévert.
Inscriptions par correspondance, RESERVEES AUX ANCIENS ADHERENTS, début septembre :
Dossier complet à envoyer chez Ghislaine IFTISSEN 6, Hameau du Néron 38360 SASSENAGE ou à donner aux responsables de cours ou aux ABR.
(Pour renseignements Martine Trouilloud Tél : 06-83-26-92-12)
IMPORTANT : Licence et assurance 27 €. Adhésion obligatoire pour tous à l'association GV Sassenage (11€ exceptionnellement offerte cette année).
Supplément adhésion pour les non sassenageois **6€**.
Possibilité de faire deux séances d'essai
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 : Rose Calpena 04-76-27-51-95 ou Maryse Guier 04-76-26-05-49 ou Martine Trouilloud 06-83-26-92-12
Contacts rando : Bernard Fraix-Bavu 06-07-69-82-98 ou Didier Mercier 06-08-89-00-34
Site internet : www.gv-sassenage.net Mail : gvsassenage@gmail.com