



LA VILLE DIEU DU TEMPLE



FORUM DES ASSOCIATIONS
Vendredi 6 septembre 2024
de 16h à 19h - Salle des fêtes

Saison 2024/2025 - 09/09/2024 au 28/06/2025

Planning des cours - Pas de cours pendant les vacances scolaires

| | Horaires | Cours dispensés par des animateurs diplômés | Lieu |
|---|---------------|---|---|
| Lundi | 9h30 - 10h30 | Gym d'entretien, motricité, équilibre mémoire | Salle de Sport 182 rue Croix de Rouby La Ville Dieu du Temple |
| | 19h15 - 20h15 | Renforcement musculaire | |
| Mercredi | 19h-20h | Gym, cardio, abdos, fessiers | |
| Jeudi | 14h30-15h30 | Gym douce | |
| | 20h-21h | Piloxing | |
| Samedi | 9h-10h | Pilates | |
| | 10h-11h | Yoga | |
| <p>Nouvelle activité : RANDONNÉES</p> <p>2 mardis par mois</p> <p>2 dimanches par mois</p> <p>Déplacements en minibus</p> | | | La Ville Dieu du Temple et environs |



TARIFS ANNUELS 2024-2025

(licence comprise)

| | | |
|-----------------------|--|---|
| 1 cours : 130€ | Au choix • Renforcement musculaire • Gym, cardio, abdos, fessiers • Gym douce • Gym d'entretien • Pilates • Yoga | Piloxing : 200€ ou 170€ pour adhérent déjà inscrit à un autre cours |
| 2 cours : 160€ | | Randonnées : 130€ ou 100€ pour adhérent déjà inscrit à un autre cours |
| 3 cours : 190€ | | |
| 4 cours : 220€ | | |
| 5 cours : 250€ | | |

1 cours d'essai gratuit

Salle chauffée l'hiver climatisée l'été

Prévoir son tapis

Possibilité de paiement en 3 fois

📞 Renseignements : (Présidente) **06 80 28 33 22**

✉️ sportezvousbiengym@gmail.com

🌐 Site internet : www.sportezvousbien.com

