

AGYV SPORT SANTE

2025 – 2026

RENFORCEMENT MUSCULAIRE- STRETCHING (Étirements – Gym. Posturale)
CARDIO TRAINING - GLIDING – EQUILIBRE / GYM' MEMOIRE – PILATES

Planning des cours du 15 septembre 2025 au 19 juin 2026

Salle Municipale de Chaillot

Jours	Activités	Horaires	Animatrices
Lundi	Renforcement musculaire (Dynamique)	14H30 à 15H30	Brigitte
Mardi	Renforcement musculaire (Dynamique) - Pilates	18H15 à 19H15	Chantal
Jeudi	Équilibre – gym' mémoire	10H00 à 11H00	Chantal

Maison des Associations Paul Langevin

Lundi	Gymnastique douce	11H00 à 12H00	Brigitte
Lundi	Gymnastique douce posturale	14H00 à 15H00	Sabrina
Lundi	Renforcement musculaire (Dynamique) – Pilates	18H15 à 19H15	Chantal
Mardi	Renforcement musculaire (Dynamique)	14H00 à 15H00	Sabrina
Mardi	Gymnastique posturale et stretching	15H00 à 16H00	Sabrina
Mercredi	Gymnastique posturale et stretching	18H00 à 19H00	Brigitte
Mercredi	Renforcement musculaire (Dynamique)	19H00 à 20H00	Brigitte
Vendredi	Gymnastique dynamique	11H00 à 12H00	Brigitte

TARIF ANNUEL 160 €
Gymnastique en salle (cours illimités)

2 cours à l'essai gratuits uniquement pour les nouveaux adhérents

Tarif comprenant l'assurance et la licence fédérale (Reçu fiscal déductible des impôts)

Règlement à l'inscription en septembre : Totalité ou 3 chèques (60 € + 50 € + 50 €) sur le premier trimestre – Chèques Sport et Vacances non acceptés.

Questionnaire de santé à remplir obligatoire

Siège social : Pôle des Associations – Espace Rollinat – Place Jacques Brel 18100 VIERZON

Tél. 06 45 47 74 30

Site : www.associationagyv.fr

N° Siret 32066407100075 rcs Bourges

Partenariat **Crédit Mutuel**

ARTHURIMMO

