



USB GYM VOLONTAIRE

Année 2016/2017



Reprise des cours

Mercredi 20 septembre 2016

à la salle des fêtes – quartier Boulangère à Selonnet

16h30 -17h15 : cours gym enfants animé par Marie Tron

Jeudi 22 septembre 2016

à la salle polyvalente de Montclar

18h00 – 19H00 : cours séniors

19h00 - 20h00 : cours adultes renfo + cardio

20h00 – 20h30 : pilates + stretching

Les séances du jeudi seront animées par Laetitia Girard

Samedi 24 septembre 2016

à St Vincent les Forts (parking parapente)

Séance découverte de la Marche Nordique de 9h00 à 11h00,

animée par Laetitia Girard.

Suivie du 1^{er} cours de la saison de 11h00 à 12h30

Les séances suivantes auront lieu le mercredi après midi de 16h30 à 17h45,
les lieux de rdv seront communiqués au fur et à mesure.

Mardi 11 octobre 2016

à la salle polyvalente de Montclar

14h00 -15h00 : cours séniors animé par Lien Rebry

Tarifs

Gym Enfants de 3 à 6 ans	60€
Gym Tendance/Vitalité	95€
Gym Séniors	95€
Marche Nordique.....16 séances -	
- licence comprise (marche nordique seule)	90€
- en complément de la Gym	63.50€

2 séances d'essais gratuites

Renseignements

Mail USB Gym Volontaire : gymvolontaire@usbseyne.com

Présidente : Sophie RICHAUD soph.richaud@wanadoo.fr - portable : 06 87 31 40 35

Secrétaire : Alain NOSSEREAU

Secrétaire Adjointe : Corinne LABELLE

Trésorière : Madeleine MEDECIN

Trésorière Adjointe : Alice CONCA

A prévoir pour les cours

- Une bouteille d'eau
- Une serviette éponge
- Chaussures adaptées