

Gymnastique Volontaire & Yoga

Planning Saison 2024-2025

Hors vacances scolaires
 gymnases : **05/09/2024** au **04/07/2025**
 piscines de l'Agora et J-Taris : **20/09/2024** au **28/06/2025**
 Maison de quartier d'Evry village : **23/09/2024** au **13/06/2025**

gymvolontaireyoga@gmail.com

Tél : 06 84 91 58 39

		Horaires	Animatrice/teur	Cours	Lieu
1 2 3 4 5 6	LUNDI	matin	Evelyne J	Gym entretien	Gymnase Piat
		10h30-11h30		Gym forme	
	soir	18h-19h	Sophie	Pilates 1	
		19h-20h		Pilates 2	
		18h30-19h30	Jérôme	Gym tonique	
		19h30-20h30		Renfort musculaire	
7 8 9 10 11	MARDI	matin	Pierre-Henri	Gym douce	Gymnase Piat
		11h-12h		Gym douce	
	après-midi	14h30-15h45	Audrey	Yoga 1	Gymnase J-L.Moulin
		14h-14h45	Carolyne	Danse en ligne déb	Maison de quartier Evry Village
		14h45-15h30		Danse en ligne conf	
12 13 14 15 16	MERCREDI	matin	Sophie	Pilates 3	Gymnase Piat
		10h-11h		Stretching	
		11h-12h		Pilates 4	
	soir	19h30-20h30	Evelyne L	Renfo dynamique	
		20h30-21h30		Stretching	
17 18 19 20 21	JEUDI	matin	Evelyne J	Gym forme	Gymnase Piat
		10h-11h		Stretching	
	soir	18h45-20h00	Vanessa	Yoga 2	Gymnase F.Mauriac
		19h30-20h30	Pierre-Henri	Gym dynamique	Gymnase Piat
		20h30-21h30		Renfort musculaire	
22 23 24	VENDREDI	matin	Pierre-Henri	Renfort musculaire	Gymnase Piat
		10h00-10h45		Gym maintien	
	soir	Claire/Stéphanie	Aquagym 1	Piscine Agora	
25 26 27 28	SAMEDI	matin	Claire/Stéphanie	Aquagym 2	Piscine J.Taris
				8h30-9h15	
		9h15-10h	Pierre-Henri	Gym dynamique	Gymnase F.Mauriac
		9h30-10h30		Stretching	
10h30-11h30					

Réception des dossiers (complets) d'adhésion

Maison des sports : ASE-GVY, rue Pierre et Marie Curie, 91000 EVRY-COURCOURONNES

Gymnase Piat : permanences du **2/09** au **4/09** de 10h à 12h et 18h à 19h30