

2023 - 2024	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H00		⑥ COMPLET Séverine	⑥ GYM HOMMES Rejane		
9H30		② PILATES COMPLET Alexandra			9h30 COMPLET DOUCE 10h30 Alexandra
10H00		② GYM DYNAMIQUE Séverine		10H30 ② GYM DYNAMIQUE Éric	10h30 ④ YOGA DÉBUTANT 11h30 Alexandra
11H00		② YOGA CONFIRMÉ Anne Sophie			11h30 ④ PILATES 12h30 Alexandra
		② ASSOUPPLISSEMENTS COMPLET Alexandra		11H30 ② ASSOUPPLISSEMENTS COMPLET Réjane	11H30 ② ASSOUPPLISSEMENTS ÉTIREMENTS Eric
12H00				12H30 ② ASSOUPPLISSEMENTS ÉTIREMENTS Réjane	
14H30			④ YOGA DÉBUTANT Séverine		
15H30			② PILATES Séverine		
17H30		① GYM DOUCE Séverine			
18H00				③ GYM DOUCE Éric	
18H30		① GYM RENFORCEMENT Séverine			
20H45	③ GYM HOMMES Rejane				



COTISATIONS

GYM > 100 €

2^{ème} COURS ET SUIVANTS < 50 €

YOGA > 150 €

PILATES > 150 €

ADHÉSION > 10 €

① SALLE OMNISPORTS
② SALLE ARTS MARTIAUX
③ SALLE L'ANGELMIERE

④ SALLE M.QUARTIER DES PYRAMIDES
⑥ SALLE M.QUARTIER VAL D'ORNAY

PLUS DE RENSEIGNEMENTS

www.vendee-essor.fr