

PLANNING SAISON 2025-2026

Inscription lors du forum des sports le **SAMEDI 06 SEPTEMBRE** au Gymnase Derichbourg

	COURS	ANIMATEUR	HORAIRES	GYMNASE	N° COURS
LUNDI	Gym douce	Jérôme	11:30-12 :30	Léo Lagrange	1
	Zumba	Julie	18:30-19:30	C. Agbegnenou	2
	Step/Abdos/Gliding....	Julie	19:30-21:00	C. Agbegnenou	3
	Zumba	Julie	21:00-22:00	C. Agbegnenou	4
	Fitness/Sport santé	Geneviève*	19:00-20:30	Léo Lagrange	5
	Pilates intermédiaire (dynamique)	Marielle	20h30 – 21h30	Léo Lagrange	6
MARDI	Fitness	Julie	18:30-20:00	Liberté	7
	Fitness	Julie	20:00-21:30	Liberté	8
	Fitness/Sport santé	Cristel*	20:30-21:30	Lilian Thuram	9
MERCRED I	Fitness/Sport santé	Geneviève*	09:30-10:30	Léo Lagrange	10
	Gym d'entretien/Pilates	Marielle*	18:30-19:30	Mistral Fresnes	11
	Pilates	Geneviève*	19:30-20:30	C. Agbegnenou	12
	Cross Training/Musculation	Marielle*	20:30-22:00	Liberté	13
JEUDI	Fitness d'entretien	Jérôme	9:30-11:00	Léo Lagrange	14
	Pilates	Geneviève*	17:30-18:30	Léo Lagrange	15
	Pilates	Geneviève*	18:30-19:30	Léo Lagrange	16
	Pilates	Geneviève*	20:30-21:30	Lilian Thuram	17
VENDRED I	Body Zen Inspiration Yoga	Mouradia*	18:00-19:00	C.Agbegnenou	18
	Renforcement musculaire/Cardio	Mouradia*	19:00-20:00	C.Agbegnenou	19

* Animatrices diplômées pour des activités physiques adaptées pour le sport sur prescription médicale

TARIFS SAISON 2025–2026 comprenant assurance et licence
A régler intégralement lors du 1^{er} cours, en 1 à 3 chèques, chèques vacances ou espèces
Les encaissements seront échelonnés d'octobre à décembre

ADULTES		
Nombre d'heures/ semaine	Chevillais	Hors Commune
1 heure	105 €	115 €
1 heure 30	145 €	155 €
2 heures	185 €	195€
2 heures 30	225 €	235 €
3 heures	265 €	275 €
3 heures 30	305 €	315 €
4 heures	345 €	355 €

MOINS 18 ANS ET ETUDIANTS DE 18 A 26 ANS (sur justificatif)		
Nombre d'heures/semaine	Chevillais	Hors Commune
1 heure	85 €	95 €
1 heure 30	115 €	125 €
2 heures	145 €	155 €

Pour nous contacter : gymvolontairechevilly@gmail.com ou au **06 69 23 71 47** ou Bureau de l'Elan 01 46 87 07