CCT GYMNASTIQUE VOLONTAIRE 09/09/2023

https://www.gvtaverny.fr

CALENDRIER SAISON 2023 - 2024

Début des cours le 11 septembre 2023

Fin des cours le 29 juin 2024

JOURS	ANIMATEUR		DACOURY	MERMOZ	LADOUMEGUE Salle de boxe	MESSAGER	PARKING C.CULTUREL	Salle F. Arthaud	PISCINE
LUNDI	Amélie/Marie	Gym Entretien	10 H - 11 H						
	Amélie/Marie	Gym Entretien	11 H - 12 H						
	Tatiana	Gym Entretien			14 H - 15 H				
	Tatiana	**Danses en ligne**			15 H - 16 H				
	Séverine	Techn Douces		19 H 30- 20 H 30					
	Séverine	**Zumba**		20 H 30 - 21 H 30					
	Jacqueline	Gym Entretien	20 H 15 - 21 H 15						
MARDI	Sophie O	Techn Douces	9 H - 10 H						
	Sophie O	Techn Douces	10 H - 11 H						
	Sophie O	Techn Douces	11 H - 12 H						
	Jacqueline	Marche active					14 H - 15 H		
	Jacqueline	Gym Entretien		19 H - 20 H					
	Marie	**Afro Move**		20 H - 21 H					
	Marie	**Step intermédiaires**		21 H - 22 H					
MERCREDI	Jacqueline	Marche active					9 H - 10 H		
	Jacqueline	Gym entretien		18 H - 19 H					
	Monique	**Yoga**		19 H - 20 H					
	Monique	**Yoga**		20 H - 21 H					
JEUDI	Tatiana	Gym Entretien	9 H - 10 H						
	Tatiana	**Pilates**	10 H - 11 H						
	Sophie P	Techn Douces			14 H - 15 H				
	Sophie P	Techn Douces			15 H - 16 H				
	Ana	Gym Entretien		19 H - 20 H					
	Ana	Body Zen		20 H - 21 H					
	Ana	**Pilates**		21 H - 22 H					
VENDREDI	Monique	Gym Entretien				9 H - 10 H			
	Monique	Gym Entretien				10 H - 11 H			
	Francine/Virginie	**Taï chi**				11 H - 12 H 30			
SAMEDI		**Aquagym (en attente)**							8 H - 9 H
									9 H - 10 H

Les cours en caractères gras (autres que gym d'entretien, techniques douces, body zen et marche) sont des cours à supplément et nécessitent d'y être inscrits