

ASSOCIATION GYM FONTAINE-ETOUPEFOUR/VERSON - PLANNING DES COURS SAISON 2023/2024

LUNDI					MARDI			MERCREDI		JEUDI	VENDREDI	
STRETCHING	STRETCHING	YOGA	STRETCHING	DYNAMIC STRETCHING	GYM renfole cardio	PILATES	PILATES	PILATES	ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE	GYM TONIC	GYM renfo musculaire	
Stéphanie	Léa	Véronique	Véronique	Léa	Stéphanie	Stéphanie	Stéphanie	Véronique	Titaina	Françoise	Olivier	Olivier
Fontaine P.Cash	Fontaine P.Cash	Fontaine P.Cash	Fontaine P.Cash	Fontaine P.Cash	Fontaine P.Cash	Verson Senghor	Verson Senghor	Fontaine P.Cash	Fontaine P.Cash	Verson Coubertin	Verson Senghor	Verson Senghor
9h - 10h	10h - 11h	11h - 12 h	12h - 13 h	17h45-18h45	9h-10h	18h - 19h	19h-20h avec experience	12h30 - 13h30	15h - 16h 16h - 17h	18h50-19h50	9h - 10h	10h - 11h
125 €	125 €	145 €	125 €	125 €	125 €	145 €	145 €	145 €	130 €	125 €	125 €	125 €

Merci de cocher les créneaux du ou des cours envisagés

Tarifs 2023/2024 Cotisation Annuelle (dont licence d'une valeur de 28 € incluse)

Stretching - Gym - Gym Tonic	Famille : 2 personnes
1 heure : 125 euros	1 heure : 230 euros
2 heures : 185 euros	2 heures : 285 euros
3 heures : 235 euros	
Yoga - Pilates	Famille : 2 personnes
1 heure : 145 euros	1 heure : 250 euros
2 heures : 210 euros	2 heures : 295 euros
3 heures : 260 euros	

- COURS MULTI ACTIVITES : 105 euros**
- Lundi 19h à 20h SOPHROLOGIE/RELAXATION avec Véronique Salle Paul Cash à Fontaine**
 - Mardi 10h15 à 11h30 MARCHE NORDIQUE avec Titaina - Départ Salle Paul Cash à Fontaine**
 - Mercredi 16h à 17h GI GONG avec Nathalie Salle Paul Cash à Fontaine**
 - Mercredi 17h15 à 18h15 EQUILIBRE MÉMOIRE ET DANSE TAHITIENNE avec Titaina Salle Paul Cash à Fontaine**
 - jeudi 18h à 19 h MEDITATION avec Rose Marie Salle Paul Cash à Fontaine**

Atelier mensuel : **NUTRITION**
au Gymnase de Verson le mercredi de 18h45 à 19h45

cours inférieur à 12 personnes annulé



REPRISE DES COURS LE 4 Septembre 2023

LE DOSSIER D'INSCRIPTION DOIT ETRE COMPLET :

: (feuille d'inscription, règlement) A REMETTRE IMPERATIVEMENT pour le 30/09/2023 après 2 séances gratuites,
(chèque libellé à l'ordre de GYMNASTIQUE FONTAINE/VERSON)

le nombre de places par salle étant limité les premiers dossiers complets seront prioritaires.

Forum des Associations : le samedi 2 septembre 2023 de 9h à 12 h à Fontaine-Etoupefour (salle Paul Cash)

et le samedi 9 septembre 2023 de 9h30 à 12h30 à Verson (salle des 3 ormes)

DATE d'inscription :

NOM					Date NAISSANCE	TELEPHONE
PRENOM						
ADRESSE POSTALE						
ADRESSE MAIL						
Nombre de Cours	Montant Cotisation	Moyen Paiement	Demande attestation	Droit à l'image oui non	Tapis	

Visitez notre site Facebook : Association Gymnastique Fontaine/Verson



Inscriptions : Mme GARDIE YVETTE : 06 80 32 40 88

mail : gymnastiquefontaineverson@gmail.com

Mme LECARPENTIER LILIANE : 06 51 18 31 87

site internet : www.gymfontaineverson.fr

Mme SOURDIN MARIE-ANGE : 06 74 81 57 01

