



## GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Section de Ste Geneviève des Bois

Inscriptions aux journées des Associations du **samedi 7 septembre 2024** à Sainte-Geneviève-des-Bois

Reprise des cours de Gymnastique Volontaire : **lundi 9 septembre 2024**

### VOTRE PLANNING DE LA SAISON 2024 / 2025

<b>Lundi</b>	9h – 10h	Mathieu	Salle Jean Lurçat	Gymnastique
	14h – 15h	Florence	Salle Jean Lurçat	Pilates
	15h – 16h	Nicolas	Salle Jean Lurçat	Body Zen
	18H30-19H30	Céline	Gymnase Aubel	Pilates/Mobilité

<b>Mardi</b>	9h – 10h	Mathieu	Salle Jean Lurçat	Gymnastique
	18H30-19H30	Céline	Gymnase Aubel	Pilates/Mobilité
	15h – 16h	Céline	Salle Jean Lurçat	Gym douce
	19h45 – 20h45	Cristina	Gymnase Aubel	Gymnastique

<b>Mercredi</b>	8h30 – 9h30	Mathieu	Salle Jean Lurçat	Gymnastique
	9h30 – 10h30	Florence		Marche Active
	11h – 12h	Florence	Salle Jean Lurçat	Pilates

<b>Judi</b>	9h – 10h	Céline	Salle Jean Lurçat	Gymnastique
	14h – 15h	Florence	Salle Jean Lurçat	Gym douce
	19h45 – 20h45	Cristina	Gymnase Aubel	Gymnastique

<b>Vendredi</b>	9h – 10h	Florence	Salle Jean Lurçat	Gymnastique
	17h30 – 18h30	Mathieu	Dojo du Vieux Perray	Gym douce
	18h30 – 19h30	Mathieu	Dojo du Vieux Perray	Body Zen

<b>Samedi</b>	9h – 10h	Mathieu	Salle Jean Lurçat	Gymnastique
	9h – 10h	En projet		Gym/oxygène

... Pensez à venir avec votre tapis de sol, des tennis avec une bonne semelle blanche (évitez les traces noires sur le sol), une bouteille d'eau...  
Et bon sport à vous tous !!!

Gymnase Aubel : rue de la Boële, accès par la route de Longpont (même rue que le CIO).

Salle Jean Lurçat : rue de la Boële, face au gymnase Aubel.

Dojo du Vieux Perray : Route de Longpont - derrière le centre commercial – (se garer **uniquement** sur le parking de la supérette).

Pour nous écrire :

Gymnastique Volontaire – Mme BESNIER - 4 allée Olivier Messiaen – 91700 Ste Geneviève des Bois

Courriel : [gym.sgdb@gmail.com](mailto:gym.sgdb@gmail.com)

Site internet : <https://gym-sgdb.fr>

Siret : 443 675 665 000 14

☎ : 06 10 82 25 43