



# SPORTING CLUB VEYRASOIS

## GYM – VOLONTAIRE

Mairie – 07000 VEYRAS



### PLANNING SAISON 2020/2021

Jour	Horaire	Animatrice	Type de gym
<b>LUNDI</b>	10 H 10 à 11 H 10	Marylaure SIMONETTI	<b>Gym d'entretien</b>
	18 H 00 à 19 H 00	Arnaud MANE	<b>Gym tonique</b>
	18 H 00 à 19 H 30	Marie-Hélène GUERIN	<b>Bungy Pump - Marche active</b>
	19 h 15 à 20 H 15	Arnaud MANE	<b>Body Zen <b>Nouveau</b></b>
<b>MARDI</b>	9 H 00 à 10 H 00	Delphine LEZENES	<b>Pilates</b>
	17 H 15 à 18 H 15	Marie-Hélène GUERIN	<b>Actigym seniors</b>
	18 H 30 à 19 H 30	Marie-Hélène GUERIN	<b>Postural ball ®</b>
	18 H 30 à 20 H 00	Cécile ROMESTANT	<b>Gym Oxygène</b>
<b>MERCREDI</b>	18 H 00 à 19 H 00	Marie-Hélène GUERIN	<b>Postural ball ®</b>
	19 H 15 à 20 H 15	Marie-Hélène GUERIN	<b>Gym tonique</b>
<b>JEUDI</b>	18 H 15 à 19 H 15	Arnaud MANE	<b>Stretching <b>Nouveau</b></b>
	18 h 15 à 19 H 45	Marie-Hélène GUERIN	<b>Bungy Pump</b>
<b> VENDREDI</b>	18 H 15 à 19 H 15	Marie-Hélène GUERIN	<b>Postural ball ®</b>
<b>SAMEDI</b>	9 H 30 à 11 H 00	Marie-Hélène GUERIN	<b>Marche nordique</b>

**Pour toutes les activités extérieures le lieu de rendez-vous est à consulter, chaque semaine, sur notre site internet : [www.gym-veyras.fr](http://www.gym-veyras.fr)**

#### Tarifs :

- 1 activité **110 €** (soit gym en salle illimitée :entretien, tonique, Body Zen, seniors, stretching), soit gym oxygène, soit Pilates, soit Postural Ball, soit marche active, soit bungy pump, soit marche nordique)
- 2 activités **155 €**
- 3 activités **185 €**
- 4 activités et plus **205 €**