



JOUR	ACTIVITES	HORAIRES	LIEU	Animateur/ trice
Lundi	Gym Séniors	10h15 - 11h15	La Trinité	François
Mardi	Gym fitness	9h15 - 10h15	La Frenaye	Annick
	Pilates	19h00 - 20h00	La Frenaye	Sandrine
Mercredi	Pilates	17h30 - 18h30	La Trinité	Sandrine
	Cardio Training	19h00 - 20h00	La Frenaye	Sandrine
Vendredi	Gym Equilibre - bien-être	16h00 - 17h00	La Frenaye	Sandrine

* LA FRENAYE salle des Olympiades – Salle Georges Brassens (Cardio)
LA TRINITE DU MONT salle Bernard Varin

TARIFS	Frenaysien ou Montois		Extérieur	
	Adulte**	Mineur +13ans	Adulte	Mineur+ 13ans
1h	100€	95€	110€	105€
2h	140€	135€	150€	145€
3h	170€	165€	180€	175€
4h	200€	195€	210€	205€

**Cours Séniors pour les montois : 60€ + 30€ par cours supplémentaire

Renseignements : 06 07 05 13 52

Email : gymvolontairelafrenaye@orange.fr

Site de l'EPGV : <https://ffepgv.fr/>

Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire