

Association Gym'Vitalité du Perreux

Siège de l'association : 34 Avenue Georges Clemenceau - 94170 LE PERREUX SUR MARNE

Tel : 07 71 71 09 01 - Email : gym.vitalite@hotmail.fr - site internet www.gym-vitalite.fr

Saison 2023 / 2024

GYM ADULTES

GYM Forme	lundi	CDBM – Salle MARNE	9h15 - 10h15	Stéphanie
			10h15 - 11h15 11h15 - 12h15	Marion
	mardi	CDBM – Salle MARNE	9h15 - 10h15 10h15 - 11h15	Julien
	mercredi	Centre Ville- Salle de Sports	9h15 - 10h15	Véronique
	jeudi	CDBM – Salle MARNE	9h15 - 10h15 11h15 - 12h15	Marie-Eve
	vendredi	Centre Ville- Salle de Sports	9h15 - 10h15 10h15 - 11h15	Marion
Pilates	mardi	CDBM – Salle MARNE	11h15 - 12h15 12h15 - 13h15	Sylvie
		Centre Ville- Salle de Sports	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30	Claire
	jeudi	CDBM – Salle MARNE	12h15 - 13h15 13h15 - 14h15*	Marion *si salle CdBM
			16h15 - 17h15	Véronique
vendredi	Centre Ville- Salle de Sports	11h15 - 12h15 12h15 - 13h15	Sylvie	
GYM Douce	mercredi	Centre Ville- Salle de Sports	10h15 - 11h15 11h15 - 12h15	Véronique
GYM Holistique	lundi	CDBM – Salle MARNE	16h15 - 17h15 17h15 - 18h15	Véronique
	jeudi	CDBM – Salle MARNE	17h15 - 18h15	
GYM Tonique	lundi	CDBM – Salle MARNE	18h15 - 19h15 19h15 - 20h15	Véronique
Renfo Musculaire	jeudi	CDBM – Salle MARNE	18h15 - 19h15 19h15 - 20h15	Claire
	samedi	CDBM – Salle MARNE	9h00 - 10h00 10h00 - 11h00	Claire
Cardio - Tonique	jeudi	Centre Ville- Salle de Sports	19h30 - 20h30 20h30 - 21h30	Julien
Body Zen	jeudi	CDBM – Salle MARNE	10h15 - 11h15	Marie-Eve
YOGA	mardi	CDBM – Salle MARNE	13h30 - 14h45	Sylvie

Marche Nordique

jeudi	Bois de Vincennes-Parking de la Cartoucherie	11h15 - 12h30	Véronique
-------	--	---------------	-----------

Natation- Piscine Robert Belvaux

mercredi	113 Boulevard Alsace Lorraine au Perreux	19h30 - 20h30	Maitres Nageurs
----------	--	---------------	-----------------

GYM CALINE et ENFANTS

Bébés 9 mois - 3 ans	lundi mercredi	CDBM – Salle DOJO	10h30 - 11h15 9h30 - 10h15	Stéphanie
Enfants Pte/Moyenne section Enfants Gde section/CP	mercredi	CDBM – Salle DOJO	10h30 - 11h15 11h15 - 12h00	