



PLANNING DES COURS G.V.M. 2016 / 2017

<http://www.gv-maurepas.fr> - contact@gv-maurepas.fr

**PAS DE COURS PENDANT
LES VACANCES SCOLAIRES**

Pour des raisons de sécurité, les dirigeants de la GVM se réservent le droit, à tout moment de l'année, de limiter le nombre de participants des cours dans lesquels les effectifs sont en surnombre

Pour les mêmes raisons, les cours du matin (sauf le samedi) sont limités à 3 séances par semaine

JOURS	GYMNASSE DES BESSIERES	GYMNASSE DU BOIS (COSEC)	GYMNASSE DE L'AGIOT (CESA)	
L U N D I	Salle de danse 1 <i>Gym entretien</i> 9h à 10h Annie <i>Gym entretien</i> 10h à 11h Annie <i>Stretching</i> 11h à 12h Annie Salle polyvalente <i>Gym tonique</i> 19h30 à 20h30 Cameron Salle de danse 1 <i>Step</i> 20h30 à 21h30 Cameron	Salle de gym au sol <i>Gym tonique</i> 20h à 21h Magali <i>Stretching</i> 21h à 21h30 Magali	Salle polyvalente <i>Gym tonique</i> 9h à 10h Jeanne Salle de danse 2 <i>Gym Forme et Santé</i> 9h à 10h Olga Salle polyvalente <i>Energie force et souplesse</i> 10h à 11h Olga <i>Danse Country Intermédiaires</i> 17h30 à 18h30 Annie	
M A R D I	Salle de danse 1 <i>Gym tonique</i> 8h30 à 9h30 Zineb <i>Stretching / Yoga</i> 9h30 à 10h30 Zineb <i>Gym tonique</i> 20h30 à 21h30 Cameron	Salle de gym au sol <i>Energie force et souplesse</i> 20h à 21h Vincent / Olga	Salle polyvalente <i>Gym tonique:</i> 18h à 19h Laurence	Marche de 8h45 à 11h30 Rendez-vous sur le parking du Gymnase du Bois à 8h45
M E R C R E D I	Salle de danse 1 <i>Gym tonique</i> 20h30 à 21h30 Jeanne	Salle de judo <i>Gym enfants</i> 17h à 17h45 Jeanne <i>Gym enfants</i> 17h45 à 18h30 Jeanne <i>Gym Pilates</i> 18h40 à 19h30 Cécile	Salle de danse 2 <i>Gym Pilates</i> 8h45 à 9h45 Cécile Salle polyvalente <i>Gym Douce</i> 16h30 à 17h30 Isabelle <i>Gym Pilates</i> 17h30 à 18h20 Cécile <i>Gym tonique</i> 18h30 à 19h30 Jeanne	
J E U D I	Salle de danse 1 <i>Gym tonique</i> 9h à 10h Christine <i>Renforcement musculaire</i> <i>Gym tonique</i> 10h à 11h Christine <i>Renforcement musculaire</i>	Salle de gym au sol <i>Gym tonique</i> 20h à 21h Jeanne	Salle de danse 2 <i>Gym entretien</i> 9h à 10h Laurence <i>Stretching</i> 10h à 11h Laurence <i>Gym entretien</i> 11h à 12h Laurence Salle polyvalente <i>Gym tonique</i> 18h à 19h Jeanne <i>Stretching</i> 19h à 19h30 Jeanne	
V E N D R E D I	Salle de danse 1 <i>Energie force et souplesse</i> 8h45 à 9h45 Laurence Salle polyvalente <i>Gym Tendance</i> 19h à 20h Jeanne	Salle de gym au sol <i>Gym tonique</i> 18h30 à 19h30 Anne	Salle de danse 2 <i>Gym Tonique</i> 9h à 10h Anne <i>Stretching</i> 10h à 11h Anne	
SAMEDI	Salle de danse 1 <i>Gym tonique</i> 10h à 11h Christine			