

## HORAIRES :

**Lundi 11H30-12H30 :** Gym mobilité, bien vieillir

**Lundi 19H-20H :** Gym Suédoise

**Mardi 18H30-19H30 :** Stretching

**Mercredi 15H-16H :** Yoga Enfants

**Mercredi 18H30-19H30 :** Renforcement musculaire

**Vendredi 10H-11H :** Stretching

## TARIF Annuel:

**Mobilité senior : 175€**

**Gym forfait 1 séance/semaine : 175 €**

**2 séances/semaine : 200€**

**3 séances/semaine : 220€**

**4 séances/semaine : 250€**

**Yoga enfants : 190 €**

| LUNDI                                        | MARDI                            | MERCREDI                                              | JEUDI | VENDREDI                         |
|----------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------|-------|----------------------------------|
|                                              |                                  |                                                       |       | 10H00-11H00<br><b>Stretching</b> |
| 11H30-12H30<br>Gym Mobilité<br>bien vieillir |                                  |                                                       |       |                                  |
|                                              |                                  |                                                       |       |                                  |
|                                              |                                  | 15H00-16H00<br><b>yoga enfants</b><br>4/7 ANS (1) (2) |       |                                  |
|                                              | 18H30-19H30<br><b>Stretching</b> | 18H30-19H30 (1)<br><b>Renf.Musculaire</b>             |       |                                  |
| 19H00-20H00<br><b>Gym Suédoise</b>           |                                  |                                                       |       |                                  |

•  
•

(1) les horaires sont susceptibles d'être légèrement modifiés .

(2) l'âge des enfants suivant la demande.