



LA VILLE DIEU DU TEMPLE
Inscription Salle des sports
aux heures de cours



Saison 2025/2026 - 01/09/2025 jusqu'à fin juin

Planning des cours - Pas de cours pendant les vacances scolaires

	Horaires	Cours dispensés par des animateurs diplômés	Lieu
Lundi	9h30 - 10h30	Gym d'entretien, motricité, équilibre mémoire*	Salle de Sport 182 rue Croix de Rouby La Ville Dieu du Temple
	19h15 - 20h15	Renforcement musculaire	
Mercredi	18h-19h	Danse en ligne*	
	19h-20h	Gym, cardio, abdos, fessiers*	
Jeudi	14h30-15h30	Gym douce	
	20h-21h	Piloxing	
Samedi	9h-10h	Pilates	
	10h-11h	Yoga	
RANDONNÉES			
2 mardis par mois / 2 dimanches par mois			
Déplacements en minibus			



* ATTENTION le début de ces cours commenceront le lundi 08/09 et mercredi 10/09 (tous les autres cours débuteront le 01/09)

TARIFS ANNUELS 2025-2026

(licence comprise)

AU CHOIX

1 cours : **130€**
2 cours : **160€**
3 cours : **190€**
4 cours : **220€**
5 cours : **250€**

Gym d'entretien
Renforcement musculaire
Danse en ligne
Gym, cardio, abdos, fessiers
Gym douce
Piloxing
Pilates
Yoga

•
•
•
•
•
•
•
•
•
•

Mardi
ou
dimanche

Mardi
+
dimanche

RANDONNÉES :

80€ ou 50€
Si déjà inscrit pour un autre cours

130€ ou 100€
Si déjà inscrit pour un autre cours

1 cours
d'essai gratuit

Salle chauffée l'hiver
climatisée l'été

Prévoir son tapis

Possibilité de paiement
en 3 fois

📞 Renseignements : (Présidente) **06 80 28 33 22**

✉️ sportezvousbiengym@gmail.com

🌐 Site internet : www.sportezvousbien.com

