

Gymnastique Volontaire LA FRENAYE / TRINITE du MONT

Salle des Olympiades / Salle Bernard Varin

A partir du 11/09/2023

Amusez-vous en faisant du sport près de chez vous !

LA FRENAYE

GYM FITNES



**Mardi : 9h – 10 h
Jeudi : 19h15 – 20h15**

STEP



Mardi : 19h - 20h

LA TRINITE DU MONT

GYM DYNAMIC SENIORS



Mardi : 10h15 - 11h15

PILATES



Mercredi : 17h30 - 18h30

Renseignements ☎ : 06 07 05 13 52



Association de Gymnastique Volontaire de La Frenaye



ASSOCIATION DE GYM VOLONTAIRE

Saison 2023/2024

* LA FRENAYE salle des Olympiades
LA TRINITE DU MONT salle Bernard Varin

JOUR	ACTIVITES	HORAIRES	LIEU *
MARDI	Gym fitness	9h – 10h	La Frenaye
	Gym Séniors	10h15 – 11h15	La Trinité
	Step	19h – 20h	La Frenaye
MERCREDI	Pilates	17h30 - 18h30	La Trinité
JEUDI	Gym soutenue	19h15 – 20h15	La Frenaye

TARIFS	Frenaysien ou Montois		Extérieur	
	Adulte**	Mineur +13ans	Adulte	Mineur+13ans
1h	100€	95€	110€	105€
2h	130€	125€	140€	135€
3h	160€	155€	170€	165€
4h	190€	185€	200€	195€

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

Renseignements : 06 07 05 13 52 pour La Frenaye

06 20 50 57 02 pour La Trinité

email: gymvolontairelafrenaye@orange.fr