



# GYM Entretien



Gym d'entretien

step

Zumba Fitness

Pilates

Renforcement musculaire

Gym Tonic

Postural Ball

Stretching

Gym douce



## Tarif annuel

Gym entretien  
Zumba

## Tarif annuel

Enfants

169 €

1h / semaine : 213 €  
2h / semaine : 341 €  
3h / semaine : 449 €

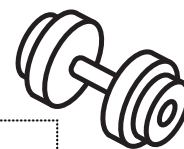
Inscription en ligne



Via l'application **MON CLUB**

<https://usc-asso.monclub.app/subscription>





<b>ADULTES</b>	Vendredi Gymnase de l'Ardente	20h - 21h 21h - 22h
	Samedi Gymnase de l'Ardente	13h - 14h 14h - 15h
<b>ENFANTS</b>	Samedi Gymnase de l'Ardente	12h - 13h

## GYM Entretien



<b>CÉCILE</b>	Jeudi Gymnase les Alouettes	Postural Ball --> 19h - 20h Gym Tonic & Renfo. musculaire --> 20h - 21h Stretching --> 21h - 22h
<b>CHANTAL</b>	Mardi Gymnase les Alouettes	Gym douce --> 10h - 11h
	Vendredi Gymnase les Alouettes	Gym d'entretien --> 10h - 11h
<b>MARY</b>	Lundi Gymnase de l'Ardente	Renfo. musculaire --> 19h30 - 20h30
	Mardi Gymnase de l'Ardente	Renfo. musculaire --> 19h30 - 20h30
	Jeudi Gymnase de l'Ardente	Step / Abdos --> 19h30 - 20h30
	Vendredi Gymnase de l'Ardente	Gym d'entretien --> 8h45 - 9h45
	Samedi Gymnase de l'Ardente	Renfo. musculaire --> 11h - 12h
<b>MONICA</b>	Mercredi La Ferme à Riant	Gym d'entretien --> 9h30 - 10h30 Gym d'entretien --> 10h30 - 11h30
	Jeudi La Ferme à Riant	Gym Tonic & Renfo. musculaire --> 18h30 - 19h30 Gym Tonic & Renfo. musculaire --> 19h30 - 20h30 Gym Tonic & Renfo. musculaire --> 20h30 - 21h30
<b>STÉPHANIE</b>	Lundi Gymnase les Alouettes	Renfo. musculaire --> 18h - 19h
	Mardi Les Plants de Catelaine	Renfo. musculaire --> 20h - 21h
	Jeudi Les Plants de Catelaine	Renfo. musculaire --> 20h - 21h