

195 € pour l'année

AGE  
15 - 99

REJOIGNEZ-NOUS !



Equilibre et  
tonicité

Natha Yoga

Boxing Energy

Cardio  
Renforcement  
musculaire



Site internet

Forum des associations

Flashez le QR code

Pilates

Free Style  
Toning

Body Fitness

Gym douce

Stretching

Boxing Training



Contact Gym Sport Santé Reyrieux : 06 68 53 31 11

Mail : [gvt.reyrieux@gmail.com](mailto:gvt.reyrieux@gmail.com)

Site internet : <https://gymsportsanteryrieux.fr>





# PLANNING SAISON 2024 – 2025

JOURS	HORAIRES	ACTIVITES	LIEUX
LUNDI	09h00 – 10h00	Cardio renforcement musculaire	Salle de danse, gymnase du collège
	10h00 – 11h00	Renforcement musculaire profond	Salle de danse, gymnase du collège
	19h45 – 20h45	Free Style Toning	Salle de danse, gymnase du collège
MARDI	09h00 – 10h00	Equilibre et tonicité	Salle de danse, gymnase du collège
	10h00 – 11h00	Stretching	Salle de danse, gymnase du collège
	18h30 – 19h30	Body Fitness	Salle de danse, gymnase du collège
	19h30 – 20h30	Natha Yoga	Salle de danse, gymnase du collège
JEUDI	09h00 – 10h00	Gym traditionnelle douce	Salle de danse, gymnase du collège
	10h00 – 11h00	Cardio renforcement musculaire	Salle de danse, gymnase du collège
	19h00 – 20h00	Boxing Energy	Salle N°3, espace Talançonnais
	19h30 – 20h30	Pilates débutant intermédiaire	Salle de danse, gymnase du collège
	20h00 – 21h00	Boxing Training	Salle N°3, espace Talançonnais
	20h30 – 21h30	Pilates débutant avancé (Fitball)	Salle de danse, gymnase du collège
VENDREDI	09h00 – 10h00	Natha Yoga	Salle de danse, gymnase du collège