

## TARIF ANNUEL

ACTIVITES	Gabinien (licence incluse)	Non Gabinien (licence incluse)
GYM	147 €	152 €
GYM AQUATIQUE	140 €	145 €
MARCHE NORDIQUE	145 €	150 €
GYM et GYM AQUATIQUE	234 €	239 €
GYM et MARCHE NORDIQUE	238 €	243 €
MARCHE NORDIQUE et GYM AQUATIQUE	232 €	237 €

\* *l'adhésion comprend la licence 27.10 € + le tarif de(s) l'activité(s)*

Pour la Gym Aquatique : Entrée piscine **en supplément** :  
29,00 euros la carte de 10 entrées (tarif préférentiel pour les associations)

## Comment s'inscrire ?

- 2 enveloppes timbrées, libellées à votre adresse
- 1 fiche d'inscription (à votre disposition dans les cours)
- 1 certificat médical **obligatoire**
- Paiement (échelonnement possible) de la cotisation annuelle pour les activités choisies (chèque(s) libellé(s) à l'ordre de « G.V.C.V. ») coupons « SPORT » ou « CHEQUES VACANCES » ANCV acceptés

**Aucun remboursement de cotisation ne sera effectué en cours d'année, quel qu'en soit le motif**

Halte Jeux « Le Pré vert »

Tél. 01 43 32 08 12

En journée, pour les enfants de 1 à 5 ans



# G.V.C.V.

## Gymnastique Volontaire du Chemin Vert

Centre Socio-Culturel Jacques Prévert  
63, rue du 18 juin  
93220 GAGNY

Portable : 06 75 04 51 32

Adresses mail : [gvcv093002@gmail.com](mailto:gvcv093002@gmail.com) ou [dominiquepascot@sfr.fr](mailto:dominiquepascot@sfr.fr)

Site internet : <http://gvcv.jimdo.com>

Adresse internet : [www.ville-gagny.fr](http://www.ville-gagny.fr) portail "associations"  
mot-clé "GVCV"

## Cours mixtes de gymnastique

Fitball – Equilibre – Assouplissements  
Renforcement Musculaire  
Etirements – Pilates – Body Balance  
Country  
Aérobic Dance / Latino Step  
Zumba  
Gym Séniors / Gym "Spécial Dos"  
Gym Aquatique  
Marche Nordique  
Stages mensuels Hatha Yoga

**Encadrement diplômé**  
Agréé Jeunesse et Sport avec formation continue

# GYM

## au Centre Socio-Culturel Jacques Prévert

15 séances par semaine à volonté !!!



### **LUNDI**

Gym 09h00 à 10h00  
Gym seniors 10h00 à 11h00  
Aerobic Dance/ Hi-Low 20h30 à 21h30  
Au gymnase de l'école Pasteur 136 rue Jules Guesde GAGNY

### **MARDI**

Renforcement musculaire 19h00 à 20h00  
Pilates 20h00 à 21h00

### **MERCREDI**

Zumba 19h20 à 20h20

### **JEUDI**

Gym 09h00 à 10h00  
Gym "Spécial Dos" 10h00 à 11h00  
Renforcement musculaire 19h30 à 20h30  
Latino Step 20h30 à 21h30

### **VENDREDI**

Gym 09h00 à 10h00  
Etirements 10h00 à 10h30  
Fitball 18h30 à 19h30

### **SAMEDI**

Stretching / Body Balance 09h30 à 10h30  
Country 10h30 à 11h30

## GYM AQUATIQUE à la Piscine de Gagny

2 séances par semaine

LUNDI 12h15 à 13h00  
MERCREDI 20h15 à 21h00

*Vous hésitez ?  
Venez découvrir notre  
section G.V.  
gratuitement  
pendant 1 semaine*

## MARCHE NORDIQUE 3 séances par semaine

SAMEDI 09h30 à 11h30  
(Sportive et Active)  
DIMANCHE 10h00 à 12h00  
(Active et Modérée)  
JEUDI 13h15 à 15h15  
(Modérée)

Pas de cours pendant les vacances scolaires

Reprise des cours le 10 septembre 2018