

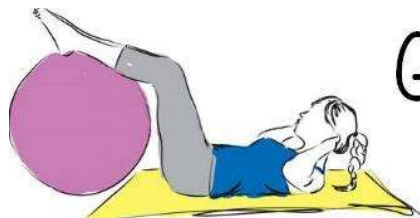
ALBIGNY SUR SAÔNE GYM - FITNESS

Saison 2023/2024



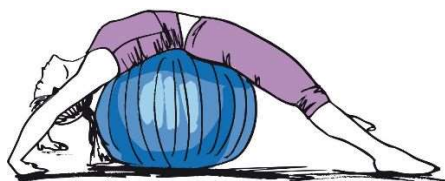
Yoga

Sophrologie



Gym Douce

Pilates



Metafit

Stretching

Fitness



Accessible à tous, à partir de 16 ans !

Renseignements :

06.62.24.89.04 - albignygyim@gmail.com - www.albigny.gym.free.fr

Maison des Associations - 2^{ème} étage - 1 Voie Nouvelle à ALBIGNY SUR SAÔNE

Programme Prévisionnel Saison 2023/2024

Jour	Activité	Horaire	Animateur	Prix pour 1 cours/semaine
Lundi	Gym Douce	De 10h30 à 11h30	Vanessa	170€
	Renforcement musculaire	De 17h15 à 18h15	Paola	170€
	Stretching	De 18h15 à 19h15	Paola	170€
	Metafit	De 19h45 à 20h45	Vincent	170€
Mardi	Sophrologie (Adultes)	De 19h00 à 20h00	Virginie	170€
	Renforcement musculaire	De 20h45 à 21h45	Isabel	170€
Mercredi	Gym Douce	De 10h00 à 11h00	Vanessa	170€
	Hatha Yoga (Adultes)	De 19h00 à 20h15	Laurence	200€
Jeudi	Pilates – Cours Débutant	De 18h00 à 19h00	Marielle	170€
	Pilates – Cours Intermédiaire	De 19h15 à 20h15	Marielle	170€

Reprise des cours le **lundi 11 septembre 2023**

Venez faire un cours d'essai gratuit

Tarifs dégressifs si plusieurs cours : 2 cours/semaine 260€ (290€ si cours Yoga 1h15)
3 cours et plus/semaine 310€

Le programme des cours est susceptible d'être modifié en fonction du nombre d'inscrits (10 personnes minimum par cours)