

GV Sassenage : planning des activités 2020 2021

GYM (1 séance 59€ - 2 séances 99€ - 3 séances et plus 124€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dojo des Pies	1 Gym Dynamique 8h45 - 9h45 Corinne			6 Gym Sénior 8h45 - 9h45 Sylvie		
	2 Gym Sénior 9h45 - 10h45 Corinne	4 Gym Dynamique 12h30 - 13h30 Isabelle		7 Gym Dynamique 9h45 - 10h45 Sylvie		
				8 Gym Dynamique 12h30 - 13h30 Isabelle		
Préau-Ecole-des-Pies Plein air (vers tennis / piscine de Sassenage)	3 Gym Dynamique 18h30 - 19h30 Hélène		5 Gym Dynamique 18h15 - 19h15 David	9 Gym Dynamique 19h00 - 20h00 Elise		
Dojo Halle Jeannie Longo					10 Gym Dynamique 8h30 - 9h30 Hélène	

Gym Equilibre (124€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dojo Halle Jeannie Longo	Gym Equilibre 15h00 - 16h00 Hélène					

Yoga (144€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Salle de danse Halle Jeannie Longo			Yoga 9h00 - 10h30 Patrice			
Les Engenières					Yoga débutant 9h15 - 10h45 Patrice	

Pilates (184€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Dojo Halle Jeannie Longo	Pilates débutant 14h00 - 15h00 Hélène					
Salle de danse Halle Jeannie Longo	Pilates 15h15 - 16h15 Chantal			Pilates 15h15 - 16h15 Chantal		

Salle de musculation (65€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Salle musculation Halle J Longo					Salle musculation 14h00 - 16h00 Hélène	

Danse Country (60€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Préau-Ecole-des-Pies En attente d'une salle				Danse Country 17h50 - 18h50 Loris		

Piscine (57€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Piscine de Sassenage		Piscine 8h00 - 9h00 Thierry				

Acti'marche (59€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Parc de l'Ovalie				Acti'marche 10h15 - 11h15 Chantal	Acti'marche 10h30 - 11h30 Chantal	

Gym Plein air (59€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Stade de foot	Gym Plein air 12h30 - 13h30 David					

Rando Marche nordique (59€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Parking Géant Casino						Rando marche nordique 9h00 - 12h00 Patrick et Jean- Louis

Randonnée (30€)						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Selon planning		Pour tous les groupes Inscription doodle encadrement par bénévoles ABR				

Toutes les activités reprendront à partir du **14 Septembre 2020** et se termineront fin juin.

Les inscriptions seront prises au Forum des Associations le samedi 5 Septembre à la halle Jeannie Longo de 10 à 16 H ou aux permanences, le Mardi 8 Septembre de 16 à 18 H et le Jeudi 10 de 18 à 19 H à la Salle Jacques Prévert.

Inscriptions par correspondance, RESERVEES AUX ANCIENS ADHERENTS, début septembre : Dossier complet à envoyer chez Ghislaine IFTISSEN 6, Hameau du Néron 38360 SASSENAGE ou à donner aux responsables de cours ou aux ABR.

(Pour renseignements Martine Trouilloud Tél : 06-83-26-92-12)

IMPORTANT : Licence et assurance 27 €. Adhésion obligatoire pour tous à l'association GV Sassenage (11€ exceptionnellement offerte cette année).

Supplément cotisation pour les non sassenageois **6€**. Possibilité de faire deux séances d'essai. **La section s'autorise le droit de supprimer l'une des séances si le nombre d'inscrits est insuffisant.**

Pour la randonnée, le tarif des cars sera communiqué avant le début des activités.

Contacts : Rose Calpena 04-76-27-51-95 ou Maryse Guier 04-76-26-05-49 ou

Martine Trouilloud 06-83-26-92-12

Contacts rando : Bernard Fraix-Bavu 06-07-69-82-98 ou Didier Mercier 06-08-89-00-34 ou

Jean-Louis Borel 06 88 38 22 27

Site internet : www.gv-sassenage.com

Mail : gvsassenage@gmail.com