

**TRIEL - CHANTELOUP**  
**Gymnastique Volontaire**

Saison 2019-2020

Du 16 sept 2019 au 3 juillet 2020  
 hors vacances scolaires



**Cotisation annuelle licence incluse**

Enfants	1 cours	132 €
Adultes	1 cours	132 €
	2 cours	170 €
Marche nordique avec licence	1 cours	175 €
	2 cours	225 €
Marche nordique sans licence	1 cours	145 €
	2 cours	195 €
Pilates		+ 25 €
Cours supplémentaire		+ 25 €
Cours 1h30		150 €

Moins 10 €/enfant à partir du 2ème enfant

**COUPONS SPORTS ACCEPTES**

Adresse e-mail : [tgcv@gym-triel.fr](mailto:tgcv@gym-triel.fr)

Site internet : <http://gym-triel.fr>

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi		
9H	<b>CARDIOTONIQUE</b> MDA Anne-Sophie 9H00-10H00 	<b>CARDIOTONIQUE</b> REMI BARRAT Milena 9H00-10H00	<b>PILATES</b> MDA Milena 9H00-10H00		<b>GYM ENTRETIEN</b> REMI BARRAT Catherine Ernout 9H00-10H00 <b>COMPLET</b>	<b>STRETCHING</b> MDA Anne-Sophie 9H00-10H00	<b>GYM ENTRETIEN</b> COSEC Catherine Boudier 9H00-10H00	<b>PILATES</b> CHANTELOUP David Douillet Sophie 9H00-10H00
10H	<b>PILATES</b> MDA Anne-Sophie 10H00-11H00 <b>COMPLET</b>	<b>GYM ENTRETIEN</b> REMI BARRAT Milena 10H00-11H00	<b>YOGA</b> MDA Milena 10H00-11H00 	<b>STRETCHING</b> MDA Tiphaine MDA Dilakar 9h30-10h30	<b>GYM SENIOR</b> REMI BARRAT Catherine Ernout 10H15-11H15	<b>PILATES</b> MDA Anne-Sophie 10H00-11H00 <b>COMPLET</b>	<b>ENFANTS 3-4 ans</b> COSEC TRIEL Catherine Boudier 10H15-11H15 <b>COMPLET</b>	<b>ENFANTS 3-4 ans</b> CHANTELOUP David Douillet Sophie 10H00-11H00
11H		<b>GYM DOUCE</b> CHANTELOUP Laura Flessel Anne-Sophie 11H30-12H30	<b>ZUMBA</b> MDA Milena 11H00-12H00	<b>PILATES</b> MDA Tiphaine 10H30-11H30 <b>COMPLET</b>			<b>ENFANTS 5-7 ans</b> COSEC TRIEL Agnès 11H30-12H30	<b>ENFANTS 5-7 ans</b> CHANTELOUP David Douillet Sophie 11H00-12H00
12H		<b>CARDIOTONIQUE</b> CHANTELOUP Laura Fleyssel Samuel 12H15-13H15 						
13H			<b>GYM ENTRETIEN</b> COSEC Catherine Ernout 13H25-14H25	<b>Marche Nordique</b> ATHLETISME ATHLETISME 	<b>YOGA</b> CHANTELOUP Laura Flessel Anne-Sophie 14H00-15H00			
14H	<b>GYM ENTRETIEN</b> REMI BARRAT Catherine Ernout 14H30-15H30	<b>Marche Nordique</b> ATHLETISME ATHLETISME Christophe 14H00-16H00	<b>ENFANTS 3-5 ans</b> COSEC Catherine Ernout 14H30-15H30	<b>GYM DOUCE</b> CHANTELOUP Laura Flessel Anne-Sophie 15H00-16H00				
15H		<b>GYM EQUILIBRE</b> REMI BARRAT Catherine Ernout 15H45-16H45						
16H								
17H								
18H		<b>STRETCHING</b> REMI BARRAT Anne-Sophie 18H00-19H00	<b>YOGA KIDS 8-12 ans</b> MDA Milena 18H00-19H00					
19H		<b>PILATES</b> REMI BARRAT Anne-Sophie 19H00-20H00 <b>COMPLET</b>	<b>PILATES</b> MDA Milena 19H00-20H00 <b>COMPLET</b>	<b>GYM ENTRETIEN</b> REMI BARRAT Michel 19H30-20H30	<b>CARDIOTONIQUE</b> CHANTELOUP David Douillet Agnès 19H30-21H00	<b>PILATES</b> MDA Sophie 19H00-20H30		
20H			<b>YOGA</b> MDA Milena 20H00-21H00 <b>COMPLET</b>					
21H			<b>CARDIOTONIQUE</b> REMI BARRAT Michel 20H30-21H30					

**Un Certificat Médical daté de moins de 3 mois est demandé à l'inscription aux activités de la TCGV.**

**Pour des raisons d'hygiène et de confort personnel, il est conseillé d'apporter son propre tapis.**

