

Inscriptions

✓ Au salon des associations - Espace Raymond Mège

72 allée du Jardin Anglais Le Raincy

Le samedi 8 septembre 2018 de 10h00 à 18h00

✓ Par correspondance

Envoyer à : Gym'V Jardin Anglais

72 allée du Jardin Anglais, 93340 Le Raincy

✓ Une 1/2 heure avant chaque cours

jusqu'au 30 septembre

(au-delà du 30 septembre, inscription uniquement par correspondance)

Le club fonctionne au rythme du calendrier scolaire

Reprise des cours le lundi 3 septembre 2018

Pour tout renseignement :

par mail : gym.v.jardinanglais@free.fr

sur le site : gym-n-marchenordique.com



Crédit Mutuel



Gym'V Jardin Anglais

Horaires et Tarifs 2018-2019

Cardio



Bien-être



Sport Santé



Pilates



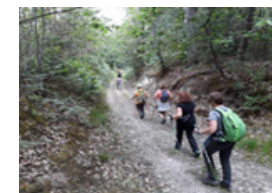
Qi Gong / Tai Chi



Zumba



Marche Nordique



Espace Raymond Mège, 72 allée du Jardin Anglais - 93340 Le Raincy
Association déclarée à la Sous Préfecture du Raincy sous le n° W932002524 -J.O. du 01 février 1972
Agrément Jeunesse & Sports 93 SP 123 - MAIF N°214609T

MODULE 1 - FITNESS (CARDIO, BIEN-ÊTRE) (cours illimités)

Lundi	9h00 - 10h00	MULTI-FITNESS	<i>Nouveau</i>
	10h00 - 11h00	ZUMBA ©	
	11h00 - 12h00	BODY SCULPT	
	17h00 - 18h00	GYM HOLISTIQUE	
	18h00 - 19h00	QI GONG	
	19h00 - 20h00	TAI CHI	<i>Nouveau</i>
Mardi	12h30 - 13h30	BODY SCULPT	
	18h00 - 19h00	GYM BALANCE	
	18h00 - 19h00	RENFO STEP TONIC	<i>Nouveau</i>
	20h30 - 21h30	CARDIO FITNESS	
Mercredi	10h00 - 11h00	RENFO TONIC	
	18h00 - 19h00	CARDIO FITNESS	
	19h30 - 20h30	AFROKADANCE	<i>Nouveau</i>
Jeudi	11h00 - 12h00	GYM EQUILIBRE	
	12h30 - 13h30	BLUE BALL	
	14h00 - 15h00	ZUMBA GOLD ©	
	18h00 - 19h00	MULTI-FITNESS	<i>Nouveau</i>
	20h30 - 21h30	RENFO TONIC	
	21h30 - 22h30	ZUMBA ©	
Vendredi	9h00 - 10h00	BODY SCULPT	
	10h00 - 11h00	GYM DOUCE POSTURALE	<i>Nouveau</i>
	18h00 - 19h00	RENFO TONIC (8 personnes minimum)	
Samedi	9h00 - 10h00	FIT'DANCE	

MODULE 2 - PILATES © (cours illimités)

+ Accès aux cours GYM HOLISTIQUE, QI GONG et TAI-CHI

Nouveau

Mardi	10h00 - 11h00	PILATES
	19h00 - 20h00	PILATES
Mercredi	9h00 - 10h00	PILATES
Jeudi	19h30 - 20h30	PILATES

MODULE 3 - MARCHÉ NORDIQUE (2 cours maximum)

+ Accès aux cours GYM HOLISTIQUE, QI GONG et TAI-CHI

Nouveau

Mardi	14h00 - 15h30	ALLURE MODEREE
Mercredi	14h00 - 15h30	ALLURE ADAPTEE
Jeudi	14h00 - 15h30	ALLURE SOUTENUE
Samedi	9h00 - 11h00	ALLURE SPORTIVE
	9h30 - 11h00	ALLURE MODEREE
Dimanche	10h00 - 11h30	ALLURE MODEREE / SOUTENUE

MODULE 4 - SPORT SANTE

+ Accès aux cours GYM HOLISTIQUE, QI GONG et TAI-CHI

Nouveau

Mardi	11h00 - 12h00	GYM ADAPTEE
Jeudi	10h00 - 11h00	GYM ADAPTEE
	11h00 - 12h00	GYM EQUILIBRE
Vendredi	10h00 - 11h00	GYM DOUCE POSTURALE

Tous les cours en salle ont lieu à l'espace Raymond Mège

Tarifs 2018-2019 (y compris droit d'entrée : 10€ Raincéen, 30€ Non Raincéen)
Tous les modules donnent accès aux cours de GYM HOLISTIQUE, QI GONG et TAI-CHI

		Raincéen	Non Raincéen
MODULE 1	FITNESS (CARDIO, BIEN-ÊTRE)	200 €	220 €
MODULE 2	PILATES	265 €	285 €
MODULE 3	MARCHE NORDIQUE	174 €	174 €
MODULE 4	SPORT SANTE	200 €	220 €
MODULE 1+2	FITNESS + PILATES	320 €	340 €
MODULE 1+3	FITNESS + MARCHÉ NORDIQUE	260 €	280 €
MODULE 2+3	PILATES + MARCHÉ NORDIQUE	330 €	350 €
MODULE 1+2+3	FITNESS + PILATES + MARCHÉ NORDIQUE	380 €	400 €

Jeunes de 15 à 20 ans : -15€

Pièces à fournir à l'inscription

- la fiche d'inscription remplie et signée
- un certificat médical de - 3 mois :
 - => obligatoire pour tout nouvel adhérent et adhérent au sport santé
 - => adhérent 2017-2018 : recommandé ou questionnaire santé
- un règlement (espèces, chèque à l'ordre de Gym'V Jardin Anglais, coupons sport et chèques vacances ANCV acceptés)

Les cours d'essai sont réservés aux nouveaux adhérents.

Une carte d'adhérent vous sera remise à l'inscription et pourra être demandée en début de chaque cours.

Des stages découverte seront proposés avec participation le samedi de 16h à 17h30