



**GYM "V" POUR TOUS
PLANNING COURS EN SALLES
2023-2024**

gymvpourtous.fr
dominiquecloarec@noos.fr
06 62 80 72 00

JOUR	LIEUX	N° COURS	HEURES	COURS	RESPONSABLES	TELEPHONE	ANIMATEURS	
LUNDI	Centre Georges Pompidou 142, rue de Fontenay	1	12h15 - 13h15	Gym Tonique	Michèle BAJOU	06 13 67 39 34	ERIKA	
	Gymnase Parc du Château 26, rue des Vignerons	30	09h00 - 10h00	Gym Entretien tonique/Etirements	Jeannine PERUCCA Dominique GUERIN	06 74 61 07 20 06 68 83 55 44	SOPHIE SOPHIE SOPHIE	
		31	10h00 - 11h00	Gym Pilates				
	Espace Sorano 16 rue Charles Pathé	70	14h30-15h30	Entretien/Etirements	Gym Parent-Bébé Gym Parent-Bébé			VERONIQUE VERONIQUE
		71	09h30 - 10h30 10h30 - 11h30					
MARDI	Centre Georges Pompidou	2	09h00 - 10h00	Gym Tonique	Nicole BEZIAUD	06 05 12 31 49	CAROLINE	
		3	10h00 - 11h00	Gym Entretien/Etirements	Véronique TARDY	06 64 09 94 13	CAROLINE	
		4	11h00 - 12h00	Gym Tonique/Etirements	Marie-Claire DUBOIS		CAROLINE	
	Gymnase de Benedetti 27 rue des Laitières	40	09h00 -10h00	Gym tonique	Joël BACQUER	06 68 79 10 19	STEPHANIE	
		41	10h00 - 11h00	Gym Entretien/Etirements	Danielle ANDRE	06 28 33 05 04	STEPHANIE	
		42	11h00 - 12h00	Gym Entretien	Michèle BAJOU	06 13 67 39 34	STEPHANIE	
MERCREDI	Gymnase Parc du Château	33	10h00 -11h00	Gym Entretien/Equilibre Seniors			SOPHIE	
JEUDI	Centre Georges Pompidou	5	09h00 - 10h00	Gym Tonique	Nicol PODOROSKI	06 30 42 62 56	VERONIQUE	
		6	10h00 - 11h00	Gym douce - holistique	Thérèse PINET	06 13 35 86 31	VERONIQUE	
		7	11h00 - 12h00	Gym Entretien/Etirements	Sylvette WALLOIS	06 51 16 94 51	ERIKA	
	Gymnase Parc du Château	34	10h00 -11h00	Gym Entretien tonique/Etirements	Isabelle FONBONNE	06 11 11 20 28	SOPHIE	
		35	11h00 - 12h00	Gym Assouplissements/Etirements	Isabelle FONBONNE	06 11 11 20 28	SOPHIE	
VENDREDI	Centre Georges Pompidou	8	09h00 - 10h00	Gym Tonique	Marie Claude MOREAU	06 32 15 20 87	STEPHANIE	
		9	10h00 - 11h00	Gym Tonique	Dominique CHATONNIER	06 51 81 76 63	STEPHANIE	
		10	11h00 - 12h00	Gym Douce/Relaxation	Martine PENASSOU	06 60 84 17 86	STEPHANIE	
	Gymnase Parc du Château	36	11h00 - 12h00	Activités Physiques Adaptées (gym après cancer, Diabète et Surpoids) Nous consulter				VERONIQUE
		Maison des Associations 41-43 rue Raymond du Temple	20	09h00 - 10h00	Gym Pilates débutants	Nicole PODOROSKI	06 30 42 62 56	SOPHIE
	21		10h00 - 11h00	Gym Pilates	Michèle BAJOU	06 13 67 39 34	SOPHIE	
	22		11h00 - 12h00	Stretching/Yoga	Giuseppa THOMAS	06 43 01 85 89	ERIKA	

TOUT COURS DE MOIINS DE 10 ADHERENTS INSCRITS POURRAIT ETRE FERME AUX VACANCES DE LA TOUSSAINT