LEO LAGRANGE
2 rue Bardin

Jrs	Horaires	Activités	Salle
Mar	11h30	Hatha Yoga	Salle B
	12h30	Barre fit	
Ven	12h15	Hatha yoga	

HENRY MILLER
Rue du docteur Calmette

Jours	Horaires	Activités
Lun	10h	Barre au sol
	12h	Gym d'entretien
Mar	9h	Gym douce
	10h	Handi Fitness
	11h	Actigym seniors
	19h30 à 21h	Danse Bollywood
Mer	9h	Zumba Gold
	10h	Gym cognitive
	11h	Body Feel
	12h30	Cuisses, abdos, fessiers
	18h à 19h30	Hatha Yoga
Jeu	9h à 10h15	Barre fit
	14h30	*En attente*
	18h15	Port de bras
Ven	9h30	Actigym seniors
	10h30	Gym douce

A.P.A. **A**ctivité **P**hysique **A**daptée convenant à toute personne atteinte d'une ALD (affection longue durée), hypertension, obésité ou cancer. Tarif : 40€
Nous consulter pour inscription.

INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNEE

Sur le site de COMITI https://gvdeclichy92.comiti-sport.fr/ (lien disponible sur notre site gvclichy.fr). Prévoir une photo et remplir le questionnaire de santé pour adultes ou enfants.

TARIFS

Forfait annuel pour un accès illimité

- **Adultes - Clichois : 190 €**
- **Adultes - Non Clichois : 210 €**

Règlement par : CB en ligne, chèque (à l'ordre de CS Clichy GV), Bons CAF, coupons ANCV, Sport & Pass 92 (collégiens du 92).

Aucun remboursement de cotisation en cours d'année, quel qu'en soit le motif.

CARTE D'ADHERENT

Une fois l'inscription validée par nos soins, vous pourrez imprimer votre carte d'adhérent ou venir la retirer lors d'une permanence. Nous apposerons MANUELLEMENT un sticker rose.

Merci de venir aux cours AVEC VOTRE CARTE.

Pour votre confort et par mesure d'hygiène :
• Prévoir une serviette • Vous munir d'une bouteille d'eau • Selon le lieu, changer de chaussures

Association Loi 1901
Animateurs titulaires d'un diplôme homologué Jeunesse et Sports

80 Boulevard du Général Leclerc 92110 CLICHY

C.S. CLICHY

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Programme hors vacances scolaires

Saison 2022 / 2023

Siret 41421876800011 – APE 9312Z

CONTACTS

www.gvclichy.fr
gvdeclichy@orange.fr
06 88 38 44 28

Suivez-nous sur & gvdeclichy

Reprise cours :

Adultes et enfants Lundi 12 septembre

Piscine, cours Brigitte (gym cognitive, zumba, Kuduro) : le 19 septembre

SEPTEMBRE 2022

VILLENEUVE
55 rue Villeneuve

Jours	Hor.	Activités
Lun	11h30	Streching postural ® (salle du bas)
	12h30	Gym dynamique
	16h	Barre au sol
	17h	De Gasquet
	18h	Stretching
	19h	De Gasquet
Mar	10h	Renfo musculaire
	11h	Pilates
	12h30	Renfo musculaire
	16h	A.P.A.
	18h	Yin Yoga (salle du bas)
	18h	Streching postural ®
	19h	STEP
	20h	Cardio boxing
Mer	18h30	Port de bras
	19h30	Postural Ball ®
	20h30	Zumba
Jeu	12h30	Cross training
	16h30	Feldenkrais
	17h30	Feldenkrais
	18h30	Streching postural ®
	19h30	Renfo musculaire - cardio
	20h30	Stretching
Ven	12h15	Pilates (salle du bas)
	12h30	Gym dynamique
	16h	A.P.A. (3/4h extérieur +3/4h salle)
	17h30	C.A.F.
	18h30	Pilates
	19h30	Stretching (salle du bas)
Sam	17h30	Cours yoga enfant (6-12) -parent
Dim	9h30	Gym dynamique
	10h30	Danses du monde
	11h30	Bungy Renfo
	17h30	Circuit Training
	18h30	Zumba

HENRI GEFFROY
Rue Ferdinand buisson

jrs	Horaires	Activités
Lun	18h	Renfo musculaire
Mar	19h	Stretching
	20h	Renfo Musculaire – Full Body
Jeu	18h	Hatha Yoga
	19h	Yin Yoga
Ven	18h	*En attente*
Sam	9h à 10h30	Barre au sol

MANDELA Rue Médéric

jrs	Horaires	Activités
Lun	11h15	Feldenkrais
	12h15	Feldenkrais
	16h30	Gym douce
Jeu	16h	QI Gong

Centre de loisirs V. Hugo – 10 rue d'Alsace

Lun	20h	Kuduro Afro

RACINE (salle B) – 94 bd Gal Leclerc

Mar	18h45 à 20h	Badminton loisirs
Mer	18h à 19h	Badminton loisirs
Ven	19h à 20h	Badminton loisirs

GYM AQUATIQUE & AQUA FITNESS

Piscine Gérard Durant – rue Valiton

Tenue règlementaire exigée

Jours	Horaires	Activités
Lun	18h45 à 19h30	Fosse Profonde
Mar	12h15 à 13h00	Fosse adaptée
	18h50 à 19h35	
	19h40 à 20h25	
Mer	19h à 19h45	Petit Bassin
Jeu	12h15 à 13h00	Fosse adaptée
Ven	19h à 19h45	

ACTIVITES DE PLEIN AIR

Jours	Horaires	Activités	Lieux
Mar	9h	Marche Active	Salengro
Mer	10h à 12h	Marche nordique	Parc des Chanteraines
Jeu	1 balade mensuelle. *Voir le site*		
Ven	10h	Marche active	Salengro
Sam	10h	Cardio Renfo	Impressionnistes
	11h	Gym Oxygène	
	2 marches nordiques *Voir le site*		
	1 randonnée mensuelle *Voir le site*		