



LEO LAGRANGE - Salle B

13, rue Bardin

| Jours | Horaires | Activités | Salle |
|-------|----------|------------|---------|
| Mar | 11h30 | Hatha Yoga | Salle B |
| | 12h30 | Hatha yoga | |
| Ven | 12h15 | Hatha yoga | |



HENRY MILLER

3, 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 (45') | De Gasquet |
| | 11h45 (45') | Gym douce & Equilibre |
| | 12h30 | Cuisses, abdos, fessiers |
| Jeu | 18h à 19h30 | Yoga Intégral / Sophro |
| | 9h à 10h | Renfo musculaire |
| | 14h30 | Danses en ligne |
| Ven | 18h15 | Pilates |
| | 9h30 | Actigym seniors |
| | 10h30 | Gym douce |

RACINE (salle B) – 94 bd Gal Leclerc

| | | |
|-----|-------------|--|
| Mar | 18h45 à 20h | Reprise de l'activité BADMINTON LOISIRS En AVRIL 2024 |
| Mer | 18h à 19h | |
| Ven | 19h à 20h | |



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 : 200 €**
- **Adultes - Non Clichois : 230 €**

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 que soit le motif.

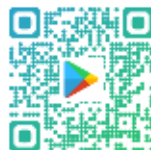
CARTE D'ADHERENT

Une fois l'inscription complète (photo + **Certificat Médical** ou **Questionnaire de Santé** téléchargé sur votre profil, nous imprimerons votre carte que vous pourrez récupérer lors d'une permanence ou d'un cours (R.V.) la carte est imprimée sur papier jaune

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



C.S. CLICHY

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Programme hors vacances scolaires

Saison 2023 / 2024

Siret 41421876800011 – APE 9312Z



**Reprise cours
Adultes et enfants
Lundi 18 septembre 2023
Piscine : lundi 2 octobre 2023**

CONTACTS



www.gvclichy.fr



gvdeclichy@orange.fr



06 88 38 44 28

Suivez-nous sur & [gvdeclichy](https://www.gvdeclichy.fr)

Association Loi 1901

Animateurs titulaires d'un diplôme homologué
Jeunesse et Sports

80 Boulevard du Général Leclerc 92110 CLICHY



OCTOBRE 2023



VILLENEUVE

55 rue Villeneuve

| Jours | Horaires | Activités |
|-------|----------|--|
| Lun | 11h30 | Stretching postural® |
| | 12h30 | Gym dynamique |
| | 16h30 | De Gasquet |
| | 17h30 | Stretching |
| | 18h30 | Pilates |
| | 19h30 | Renfo Musculaire |
| | 20h30 | Kuduro Afro |
| Mar | 10h30 | Pilates |
| | 11h30 | Pilates Stretching |
| | 12h30 | Renfo musculaire |
| | 16h30 | A.P.A. |
| | 18h | Yin Yoga |
| | 18h | Stretching postural® |
| | 19h | STEP |
| Jeu | 12h30 | Cross training |
| | 16h30 | Feldenkrais |
| | 17h30 | Feldenkrais |
| | 18h30 | Pilates |
| | 19h30 | Cardio |
| | 20h30 | Renfo musculaire |
| Ven | 12h15 | Pilates |
| | 12h30 | Gym dynamique |
| | 16h | A.P.A. (3/4h extérieur +3/4h salle) |
| | 17h30 | C.A.F. |
| | 18h30 | Gymnastique posturale |
| Sam | 17h30 | Cours yoga enfant (6-12) -parent |
| | 19h30 | Stretching |
| Dim | 9h30 | Gym dynamique |
| | 10h15 | Bungy Renfo |
| | 11h15 | Danses du monde |
| | 17h30 | Circuit Training |
| | 18h30 | Defoul Danse |



HENRI GEFFROY

Angle rue Ferdinand Buisson - Geulin

| Jours | Horaires | Activités |
|-------|------------|----------------------|
| Lun | 18h | Qi Gong |
| Mar | 19h | Stretching |
| | 20h | De Gasquet - Pilates |
| Jeu | 18h | Hatha Yoga |
| | 19h | Yin Yoga |
| Ven | 18h | <i>En attente</i> |
| Sam | 9h à 10h30 | Barre au sol |



MANDELA entrée : 33, Rue Médéric

| Jours | Horaires | Activités |
|-------|----------|-------------|
| Lun | 12h | Feldenkrais |
| | 13h | Feldenkrais |
| | 16h30 | Gym douce |
| Jeu | 16h | QI Gong |

Gymnase Henri Barbusse – 111, rue Barbusse

| | | |
|-----|-------|--------------------------|
| Mer | 18h | Pilates |
| | 19h | Qi Qong |
| | 20h | Zumba |
| Jeu | 18h | Renfo par l'Equilibre |
| | 19h | Postural Ball |
| | 20h | Gym dyn Circuit training |
| Ven | 17h30 | Yoga danse |

Salle du bas

A.P.A. Activité Physique Adaptée convenant à toute personne atteinte d'une ALD (affection longue durée), hypertension, obésité ou cancer. Nous consulter.



GYM AQUATIQUE

Piscine Gérard Durant – rue Valiton

Tenue règlementaire exigée

| Jours | Horaires | Activités |
|-------|---------------|---------------|
| Lun | 18h45 à 19h30 | Fosse Adaptée |
| Mar | 12h15 à 13h00 | Fosse adaptée |
| | 18h50 à 19h35 | |
| Mer | 19h à 19h45 | Petit Bassin |
| Jeu | 12h15 à 13h00 | Fosse adaptée |
| Ven | 19h à 19h45 | Fosse adaptée |

ACTIVITES DE PLEIN AIR

| Jours | Horaires | Activités | Lieux |
|--|--|---------------------------------|-------------------------------------|
| Mar | 10h | Marche Active | Salengro |
| | 9h30 à 11h | Marche Nordique | Bois de Boulogne |
| Mer | 10h à 12h | Marche nordique | Chanteraines |
| Jeu | 1 balade mensuelle avec inscription avec Florence Voir le site | | |
| Sam | 10h | Cardio Renfo Gym Oxygène | Parc des Impressionnistes |
| | 11h | | |
| | 9h30 à 11h | Marche Nordique | Bois de Boulogne |
| | 10h à 12h | Marche Nordique | Consulter le site pour le programme |
| 1 randonnée mensuelle avec Gérard Voir le site | | | |