

## LEO LAGRANGE - Salle B

13, rue Bardin

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

## 6, Place du Marché

| Jours                                  | Horaires     | Activités           |
|--|--------------|---------------------|
| <b>HEIDENHEIM 1<sup>er</sup> étage</b> |              |                     |
| Lun                                    | 10h          | Barre au sol        |
|  | 11h          | Feldenkrais         |
|  | 12h          | Feldenkrais         |
| <b>SOUTHWARK 2<sup>ème</sup> étage</b> |              |                     |
| Mar                                    | 19h30 (1h30) | Yoga intégral       |
| Mer                                    | 9h           | Zumba Gold          |
|  | 10h          | Gym Cognitive       |
|  | 11h (45')    | De Gasquet          |
|  | 11h45 (45')  | Gym douce Equilibre |
|  | 12h30        | Cardio renfo        |

## VICTOR HUGO – 19, rue d'Alsace

Salle de danse

| Jours | Horaires      | Activités             |
|-------|---------------|-----------------------|
| Mar   | 19h30 à 20h15 | Qi Gong               |
|       | 20h15 à 21h   | Qi Gong               |
| Jeu   | 19h           | Gymnastique Posturale |

## 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 |



## INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNEE

Sur le site de COMITI <https://gvdeclichy92.comiti-sport.fr/> (lien disponible sur notre site [gvclichy.fr](http://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.**

**Merci de venir aux cours AVEC VOTRE CARTE.**



Contact : [mss.gvclichy@gmail.com](mailto:mss.gvclichy@gmail.com)

Tél Yannis : 07 67 96 46 13



**C.S. CLICHY**  
**GYMNASTIQUE VOLONTAIRE**  
 Programme hors vacances scolaires  
 Saison 2024 / 2025  
 Siret 41421876800011 – APE 9312Z

**Reprise cours**  
**Adultes et enfants**  
**Lundi 16 septembre 2024**

CONTACTS



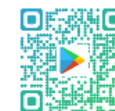
[www.gvclichy.fr](http://www.gvclichy.fr)



[gvdeclichy@orange.fr](mailto:gvdeclichy@orange.fr)



06 88 38 44 28



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

Association Loi 1901

Animateurs titulaires d'un diplôme homologué Jeunesse et Sports

80 Boulevard du Général Leclerc 92110 CLICHY



**Maj JANVIER 2025**

## VILLENEUVE - 55 rue Villeneuve

| Jours | Horaires   | Activités                                  |
|-------|------------|--|
|       | 10h30      | Pilates                                    |
| Lun   | 11h30      | Stretching postural ®                      |
|       | 12h30      | Gym dynamique                              |
|       | 16h30      | De Gasquet                                 |
|       | 17h30      | Stretching                                 |
|       | 18h30      | Pilates                                    |
|       | 19h30      | Renfo Musculaire                           |
|       | 20h30      | Kuduro Afro                                |
| Mar   | 9h         | Gym douce                                  |
|       | 10h        | Handi Fitness                              |
|       | 11h        | Acti-gym seniors                           |
|       | 10h        | Pilates                                    |
|       | 11h        | Pilates Stretching                         |
|       | 12h        | Renfo musculaire                           |
|       | 16h30      | <b>A.P.A.</b>                              |
|       | 18h        | Yin Yoga                                   |
|       | 18h        | Stretching postural®                       |
|       | 19h        | STEP                                       |
|       | 20h        | Cardio boxing                              |
| Jeu   | 9h         | Pilates                                    |
|       | 12h30      | Cross training                             |
|       | 15h        | <b>Parcours APA (sur inscription)</b>      |
|       | 16h30      | Feldenkrais                                |
|       | 17h30      | Feldenkrais                                |
|       | 17h30      | Gym cognitive                              |
| Ven   | 18h30      | Pilates                                    |
|       | 19h30      | Cardio                                     |
|       | 20h30      | Renfo musculaire                           |
|       | 9h30       | Actigym Seniors                            |
|       | 10h30      | Gym douce                                  |
|       | 12h15      | Pilates                                    |
|       | 12h30      | Gym dynamique                              |
|       | 16h        | <b>A.P.A. (3/4h extérieur +3/4h salle)</b> |
| 17h30 | C.A.F.     |  |
| 18h30 | De Gasquet |  |
| 19h30 | Stretching |  |

Salle du bas

|     |       |                                  |
|-----|-------|----------------------------------|
| Sam | 17h30 | Cours yoga enfant (6-12) -parent |
| Dim | 9h30  | Bungy Renfo                      |
|     | 10h30 | Gym dynamique                    |
|     | 11h20 | Danses du monde                  |
|     | 18h   | Circuit Training                 |
|     | 19h   | Defoul Danse                     |

## HENRI GEFFROY

Angle rue Ferdinand Buisson - Geulin

| Jours | Horaires   | Activités    |
|-------|------------|--------------|
| Lun   | 18h        | Qi Gong      |
| Mar   | 19h        | Stretching   |
|       | 20h        | Danse jazz   |
| Jeu   | 18h        | Hatha Yoga   |
|       | 19h        | Yin Yoga     |
| Ven   | 18h        | Yoga Vinyasa |
| Sam   | 9h à 10h30 | Barre au sol |

## HENRI BARBUSSE – 111, rue Barbusse

|     |       |                                       |
|-----|-------|---------------------------------------|
| Mer | 18h   | Pilates                               |
|     | 19h   | Qi Qong                               |
|     | 20h   | Zumba                                 |
| Jeu | 18h   | Renfo par l'Equilibre                 |
|     | 19h   | Postural Ball                         |
|     | 20h   | En attente                            |
| Ven | 17h30 | <b>Parcours APA (sur inscription)</b> |

## MANDELA entrée face au 33, Rue Médéric

| Jours | Horaires | Activités               |
|-------|----------|-------------------------|
| Lun   | 12h      | Gym d'entretien - renfo |
|       | 13h      | Stretching de Gasquet   |
|       | 16h30    | Gym douce               |
| Jeu   | 16h      | Yin Yoga                |



## 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  | 9h   | Marche Active          | Salengro                            |
| Mer  | 10h à 12h  | <b>Marche nordique</b> | Chanteraines                        |
| Jeu  | 9h30 à 11h   | <b>Marche Nordique</b> | Bois de Boulogne                    |
|  | 1 balade mensuelle avec inscription avec Florence Voir le site |                        |                                     |
| Sam  | 10h  | Cardio Renfo           | Parc des Impressionnistes           |
|  | 11h  | Gym Oxygène            |                                     |
|  | 9h30 à 11h   | <b>Marche Nordique</b> | Bois de Boulogne                    |
|  | 10h à 12h  | <b>Marche Nordique</b> | Consulter le site pour le programme |
| 1 randonnée mensuelle avec Gérard Voir le site |  |                        |                                     |