

A.S.L.J.L. - GE



FITNESS - STEP - POSTURAL - STRETCHING - GYM SENIORS
SAISON 2020 2021

GYMNASE - 111 RUE DE PANSEROT - LARDY

*

INSCRIPTIONS (à partir de 16 ans) :

Au forum le 5 septembre ou à votre premier cours

REPRISE DES COURS LE LUNDI 7 SEPTEMBRE

LUNDI	19h00/20h00 - Fitness (Nasser) 20h00/21h00 - Fitness (Nasser)
MARDI	9H00/10H00 - Gymnastique posturale (Diane) 10h00/11h00 - Stretching (Diane) 19h00/20h00 - Fitness (Sylvia) 20h00/21h00 - Step (Sylvia)
MERCREDI	18h30/20h00 Gymnastique posturale / Stretching (Diane)
JEUDI	09h00/10h00 - Fitness (Nasser) 10h00/11h00 - Gym Seniors (Nasser) 19h00/20h30 Fitness / Stretching (Sylvia)

TARIFS(*) : assurance (Mutuelle Des Sportifs) comprise

1 cours par semaine	120 €
2 cours ou plus	160 €
Etudiant(e)s	80 €

(*) Réduction "COVID" : - 20,00 € pour les adhérent(e)s de la saison 2019/2020

RÈGLEMENT FRACTIONNÉ POSSIBLE

Venir avec une paire de baskets réservée au gymnase,
serviette, bouteille d'eau.

Renseignements : Florence LECOUEY - 06 82 53 55 39 - asljl_ge@orange.fr

Amicale des Sports et Loisirs de Janville Lardy - Section gymnastique d'entretien

Mairie - 91510 LARDY

Siret : 32906076800028