

Venez vous informer
sur notre stand

au

Forum des Associations de Frouzins
à la salle LATAPIE

le samedi 10 septembre 2011
de 10h00 à 18h00

REPRISE DES COURS :
Le lundi 12 septembre



GYM PLAISIR FROUZINS

Association Loi 1901-N° 7784 1/03641
Agrément du Ministère de la Jeunesse et des Sports :
315576 du 28/02/01

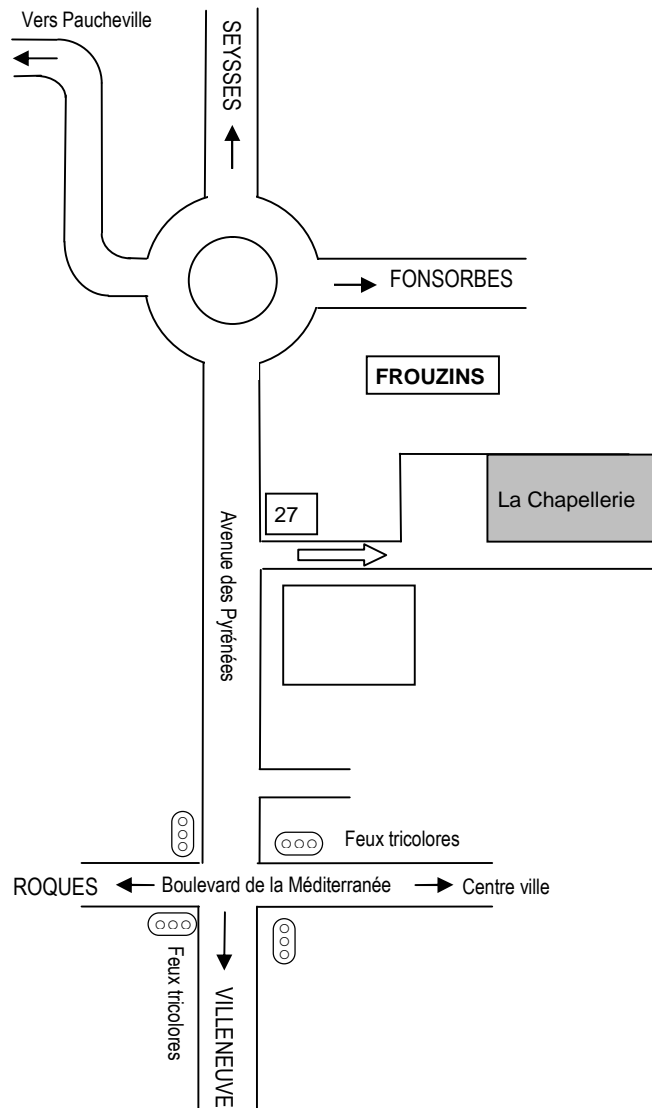
**Siège social : 1 place de l'Hôtel de Ville
31270 FROUZINS**

**Renseignements : 05 61 92 53 92
05 62 87 29 86
05 61 92 90 47**

Site Internet : www.gymplaisir.fr

Cours à la salle de La Chapellerie
27, avenue des Pyrénées
FROUZINS

PLAN D'ACCÈS



GYM PLAISIR FROUZINS

**
**

Propose pour sa
saison 2011-2012
UNE GYMNASTIQUE
POUR LES ADULTES
DE TOUT AGE

**DOUCE
ENTRETIEN
PILATES
RENFORCEMENT
MUSCULAIRE
STEP/LIA
STRETCHING
TONIQUE
TAI CHI CHUAN
MARCHE ACTIVE**

Avec des moniteurs
diplômés d'Etat

HARMONIE !

BIEN-ÊTRE !

SANTÉ !

Dossier à présenter pour votre inscription :

- 1 fiche d'inscription #
- 1 certificat médical de moins de 3 mois
- 2 photos d'identité récentes
- 2 enveloppes timbrées à votre adresse
- 1 autorisation parentale pour les mineurs #
- Votre paiement

: formulaires à demander ou à télécharger sur le site de l'association gymplaisir.fr

Attention :

Ne seront acceptés que les dossiers complets !

Saison 2011-2012

REPRISE DES COURS :

LE LUNDI 12 SEPTEMBRE

Cotisation annuelle de septembre à juin, assurance incluse :

tarif unique 75 €

quel que soit le nombre de cours choisis par semaine en 1 seul règlement ou avec 2 chèques de 40 et 35 €

Inscriptions (avec dossier complet) :

- Au forum des associations de Frouzins à la salle Latapie
Samedi 10 septembre 2011 de 10h à 18h
- A la salle de la Chapellerie 27, avenue des Pyrénées à Frouzins :
 - Mardi 6 septembre de 14h à 16h
 - Mercredi 7 septembre de 18h à 20h
 - Vendredi 9 septembre de 10h à 12h
 - Jeudi 15 septembre de 18h à 20h
 - Vendredi 16 septembre de 17h à 19h
- Si vous pensez ne pas pouvoir être présent à ces dates d'inscription, envoyez votre dossier d'inscription complet, avant le 16/09/2011, au siège social de l'association.
- Ensuite les inscriptions ne seront acceptées que dans la limite des places disponibles (se renseigner auparavant).

COURS ET HORAIRES

Gym douce

Mardi 14h00 - 15h00

Mardi 16h00 - 17h00

Vendredi 10h20 - 11h20

avec :

Isabelle

Isabelle

Régine

Gym Pilates

Jeudi 10h00 - 11h00

Jeudi 20h00 - 21h00

avec :

Céline

Céline

Gym Pilates / Stretching

Mardi 10h15 - 11h15

avec :

Carole

Gym entretien

Mardi 15h00 - 16h00

avec :

Isabelle

Renforcement musculaire

Mardi 9h15 - 10h15

Vendredi 9h15 - 10h15

avec :

Carole

Carole

Step/LIA

Jeudi 21h00 - 22h00

avec :

Céline

Stretching

Lundi 18h30 - 19h30

avec :

Céline

Gym tonique

Lundi 19h30 - 20h30

Mardi 19h30 - 20h30

Mercredi 19h30 - 20h30

avec :

Céline

Pascale

Pascale

Marche active

Jeudi 9h00 - 10h00

avec :

Céline

Tai Chi Chuan

Vendredi 9h20 - 10h20

avec :

Régine