



Pour garder la forme... Pensez à la gymnastique!



Venez vite vous inscrire!

Année 2021 / 2022

COURS ADULTES (Salle de danse – Rue Marcel Honoré – Bonnières)		
Lundi	10h à 11 h 30 (gym douce thérapeutique)	
Lundi	18h30 à 19h30	
	19h30 à 20h30	
	20h30 à 21h15	
jeudi	18h30 à 19h30	
	19h30 à 20h30	
COURS PILATES (complexe sportif de La Vallée Française)		
Samedi	10h 30 à 11h 30	
	11h 30 à 12 h 30	
COURS ADULTES (Complexe sportif de la Vallée Française)		
Mardi	9h à 10h	
	18h30 à 19h30	
	19h30 à 20h30	
Jeudi	9h à 10h	
COURS GYM DOUCE SENIORS (complexe sportif de La Vallée Française)		
Mardi	10h00 à 11h00	
Jeudi	10h00 à 11h00	
COURS ENFANTS (Salle de danse rue Marcel Honoré - Bonnières)		
samedi	De 6 ans à 8 ans(Zumba kids)	10 h 00 à 11 h 00
	De 3 ans à 5 ans	11 h 00 à 12 h 00

Notre site : gymnastique-bonnieres.fr

Pour plus d'informations, contactez Sylvie au 06.78.46.77.96

LA RENTREE SE FERA LE LUNDI 6 septembre 2021