FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORTS POUR TOUS

PLANNING
DE VOTRE CLUB
2026-2027

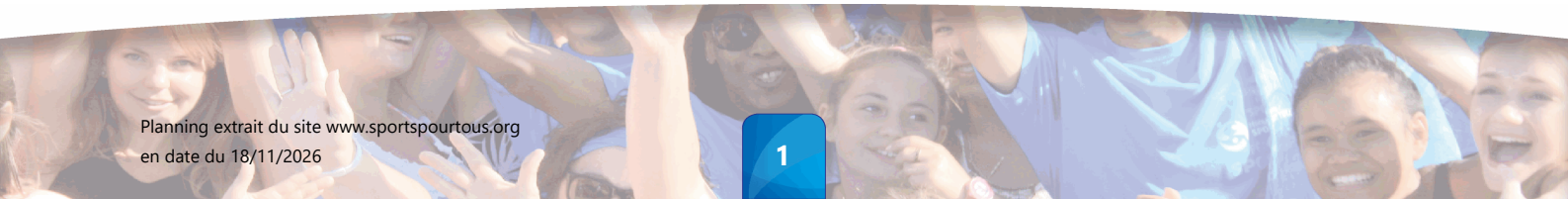
CLUB GYMNIQUE DE
VETRAZ MONTHOUX
5 ROUTE DU STADE
MAISON DES

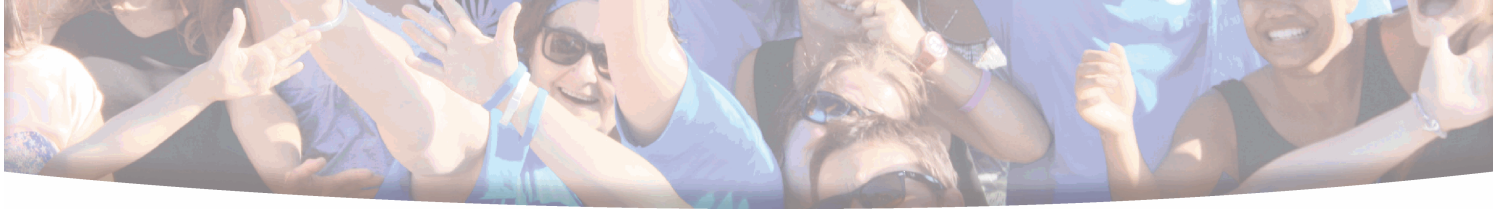
Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document

lundi

Gym posturale	09:00 - 10:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Santé Séniors	10:00 - 11:00	Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Ballon	11:00 - 12:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Danse tonique	18:30 - 19:30	Adultes Adolescents	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Renf musc	19:30 - 20:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ECOLE FRANCOISE DOLTO

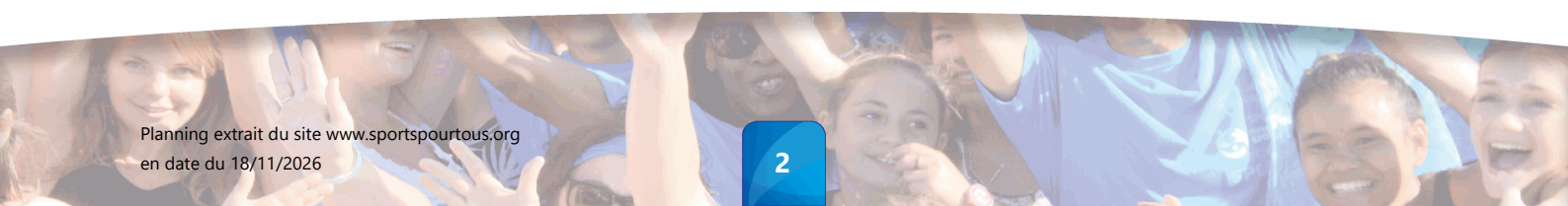
mardi

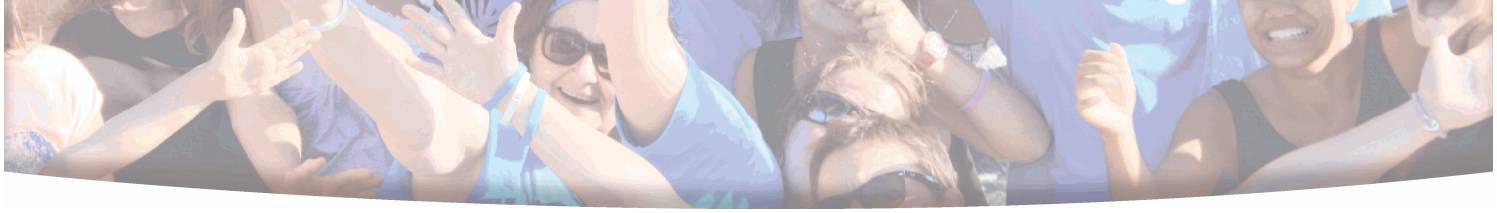




Renf muscul	08:45 - 09:45	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Santé Séniors	10:00 - 11:00	Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Santé équilibre	11:00 - 12:00	Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Renf. postural	18:00 - 19:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Cardio	19:10 - 20:10	Adolescents Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS

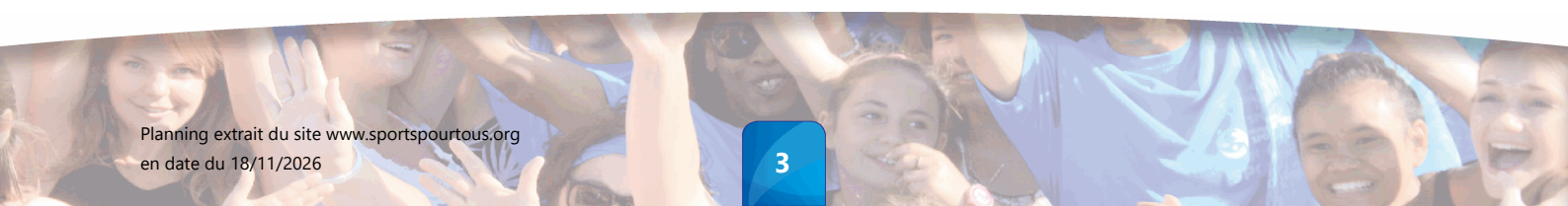
mercredi

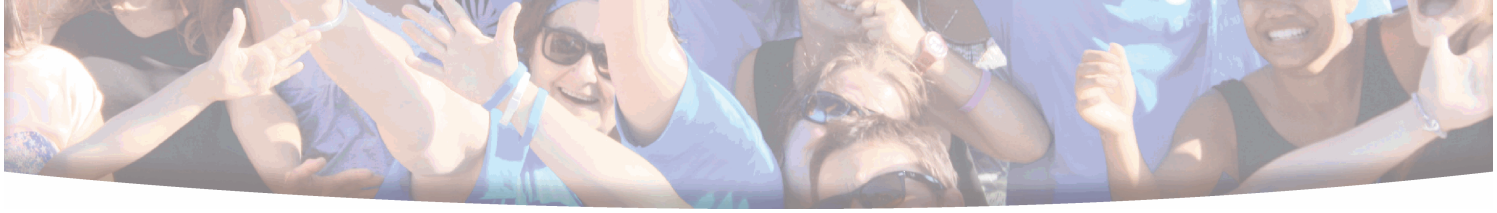




Pilates	09:00 - 10:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
gym douce	10:00 - 11:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Pilates	11:00 - 12:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Enf 6/7 ans	14:00 - 14:45	Enfants	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Enf 4/5 ans	15:00 - 15:45	Enfants	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Enf 8/9 ans	16:00 - 16:45	Enfants	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Enf 10/11 ans	17:00 - 17:45	Enfants	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Pilates	18:00 - 19:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	ECOLE FRANCOISE DOLTO
Renf muscul	18:30 - 20:20	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Pilates	19:15 - 20:15	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ECOLE FRANCOISE DOLTO

jeudi

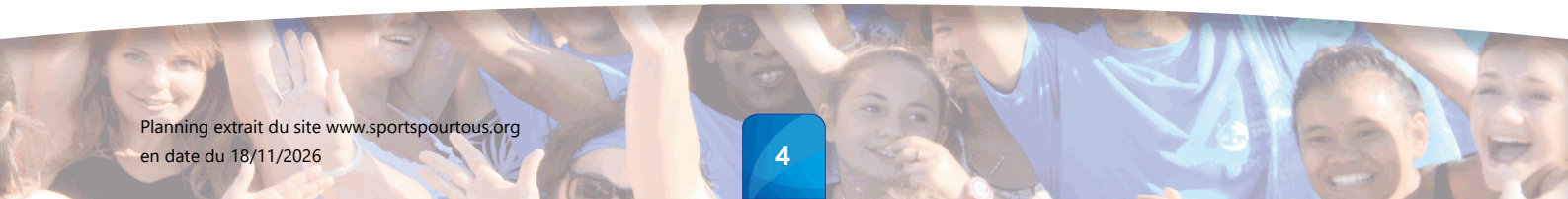


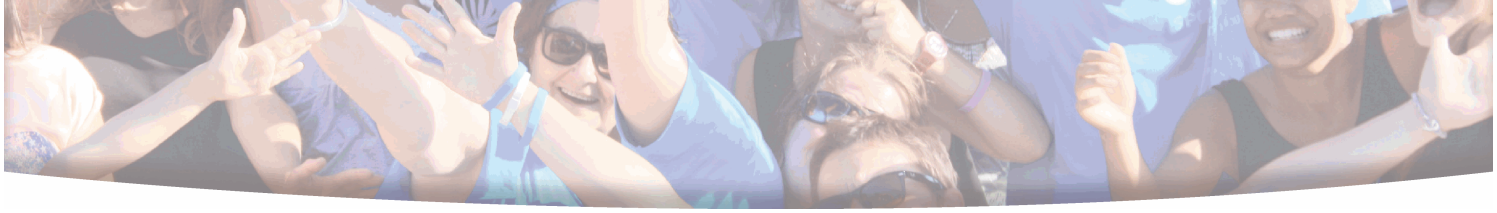


Marche douce	14:00 - 15:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Pilates	17:45 - 18:45	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Sophrologie	18:00 - 19:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ECOLE FRANCOISE DOLTO
Viniyoga	19:00 - 20:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Renf muscul	19:15 - 20:15	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ECOLE FRANCOISE DOLTO

vendredi

Marche	09:00 - 10:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Yoga Hatha	18:00 - 19:15	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS





Lieux & contacts

Siège

CLUB GYMNIQUE DE VETRAZ MONTHOUX
5 ROUTE DU STADE
MAISON DES ASSOCIATIONS
74100 VETRAZ MONTHOUX
T 0766107776
clubgymvetraz@yahoo.fr

Lieux de pratique

ECOLE FRANCOISE DOLTO
110
ROUTE DE TANINGES
74100 VETRAZ MONTHOUX

MAISON DES ASSOCIATIONS
5 RUE DU STADE
74100 VETRAZ-MONTHOUX

