

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document

lundi

Fitness-Renfo	09:30 - 10:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Fitness-Renfo	10:30 - 11:30	Séniors Adultes	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX

mardi

gym renfo	10:45 - 11:45	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Activités Physiques Adaptées	15:00 - 16:00	Adultes Séniors	Débutant	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
équilibre et mémoire	16:00 - 17:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Cardio-Stretching	18:30 - 19:30	Adolescents Séniors Adultes	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX

mercredi



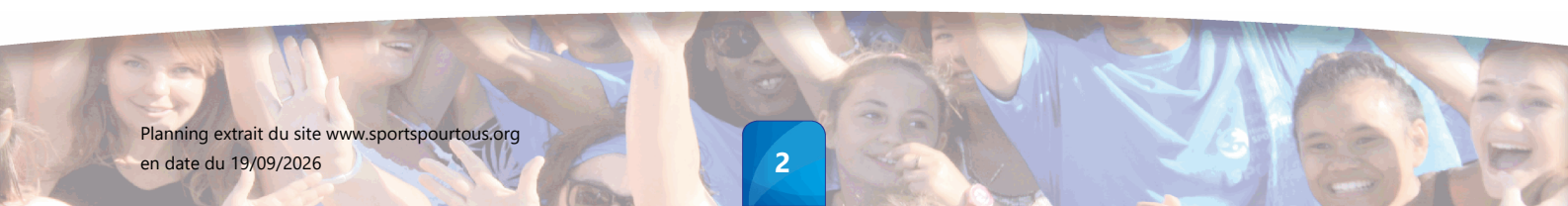
Equilibre-mémoire	09:00 - 10:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé	MILLE-CLUB
Equilibre et mémoire	10:00 - 11:00	Séniors	Débutant Confirmé	MILLE-CLUB
Pilates	10:00 - 11:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
A.P.A (cœur et Forme, diabète)	11:00 - 12:00	Adultes Séniors	Débutant	MILLE-CLUB
Stretching	11:00 - 12:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Gym enfants	14:00 - 15:00	Enfants	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Gym enfants 6 à 8 ans	15:00 - 16:00	Enfants	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Gym enfants 3 à 5 ans	16:00 - 17:00	Enfants	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Gym dansée	19:15 - 20:15	Séniors Adultes Adolescents	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX



jeudi



Equilibre-mémoire	15:30 - 16:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
TRX	17:00 - 18:00	Séniors Adolescents Adultes	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Cardio-RenfoMusculaire	18:15 - 19:15	Adolescents Adultes Séniors	Débutant Confirmé	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX
Full Dance	19:30 - 20:30	Adultes Séniors Adolescents	Débutant Confirmé Expert	SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX





vendredi



Bungy Pump

14:30 - 15:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé
Expert

EXTERIEUR

Stretching

16:00 - 17:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE OMNISPORTS DU
PONT GAGNOUX

Pilates

17:15 - 18:15

Adultes
Séniors
Adolescents

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS DU
PONT GAGNOUX

Pilates

18:15 - 19:15

Adultes
Séniors
Adolescents

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS DU
PONT GAGNOUX



Lieux & contacts



Siège

AMICALE GYM PLENEUF-VAL-ANDRE
11 rue des Clos Grimault
22370 PLENEUF VAL ANDRE
T 06 80 42 15 95
gym.amicale22@orange.fr



Lieux de pratique

EXTERIEUR

22370 PLENEUF VAL ANDRE

MILLE-CLUB

BD KENNEDY
22370 PLENEUF VAL ANDRE

SALLE MUNICIPALE DU GUÉMADEC

AVENUE DU GÉNÉRALE LECLERC
22370 PLÉNEUF VAL ANDRÉ

SALLE OMNISPORTS DU PONT GAGNOUX

22370 PLENEUF VAL ANDRE

