

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

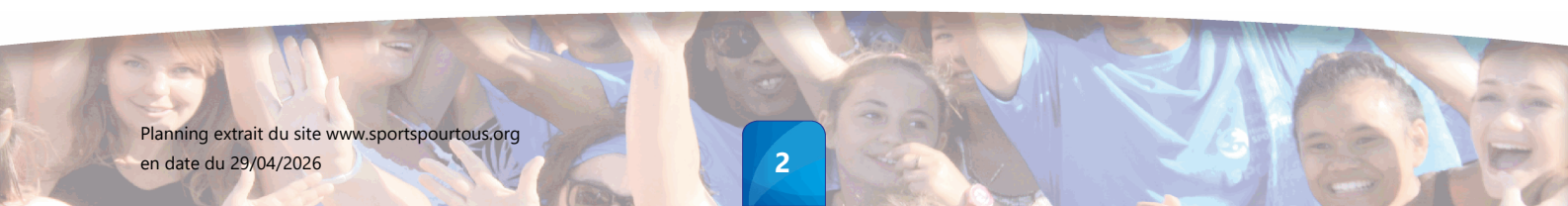




Renf muscul	08:45 - 09:45	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Santé Séniors	10:00 - 11:00	Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Santé équilibre	11:00 - 12:00	Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Renf. postural	18:00 - 19:00	Adultes	Débutant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



mercredi

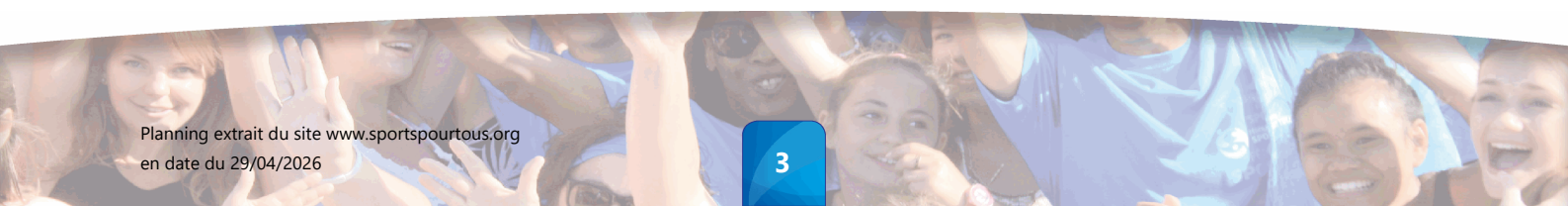




Pilates	09:00 - 10:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
gym douce	10:00 - 11:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Pilates	11:00 - 12:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Enf 6/7 ans	14:00 - 14:45	Enfants	Débutant Confirmé Expert	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	Séniors Adultes	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





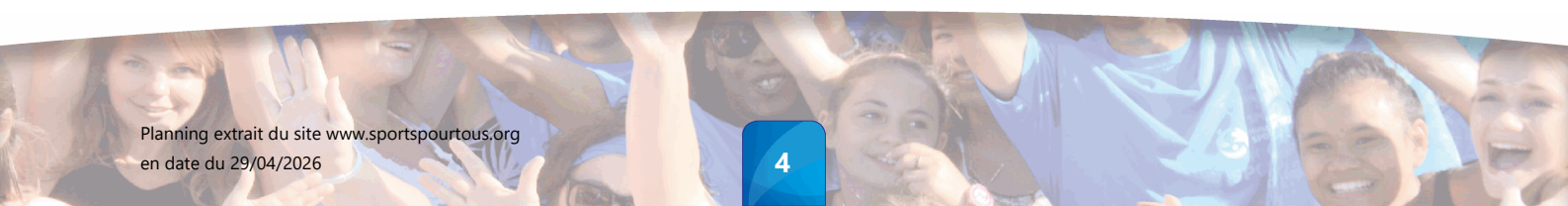
Marche douce	14:00 - 15:30	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Pilates	17:45 - 18:45	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	MAISON DES ASSOCIATIONS
Sophrologie	18:00 - 19:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	ECOLE FRANCOISE DOLTO
Viniyoga	19:00 - 20:00	Adultes Séniors	Débutant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

