



**GV
S**

Site : www.gvsenas.com/

Mail : gvsenas@gmail.com

Tel : 06 12 61 80 42

Prof : 06 30 81 48 70

Gymnastique Volontaire SENAS SAISON 2019 2020

La GVS en 2019 c'est 55 adhérents qui pratiquent une gymnastique variée, dans une bonne ambiance, assouplissements, étirements, détente, équilibre, bien être, renfort musculaire confort à tout âge.

De une à quatre séances par semaine dans des salles agréables

Tous les cours sont dispensés par des animatrices diplômées

Le club possède un matériel varié qui permet de faire travailler en musique toutes les parties du corps.

Horaires des cours GVS :

- . Lundi, mardi et vendredi de 9h30 à 10h30 (Salle des Agriculteurs).***
- . Mardi de 19h30 à 20h30 (Salle des Agriculteurs).***

La Passerelle est une structure aidée par le Conseil Général qui permet aux personnes âgées esseulées de retrouver du lien social grâce à la pratique d'une gymnastique adaptée.

Horaires des cours LA PASSERELLE :

Jeudi de 9h00 à 10h00 (Salle des Agriculteurs).

**** Inscription personnalisée, de 1 à 4 cours par semaine, de 1 à 3 trimestres***

Tarifs pour 1 cours hebdomadaire GVS ou La Passerelle :

- 3 trimestres : 95 euros***
- 2 trimestres : 75 euros***
- 1 trimestre : 50 euros***

Tarifs pour 4 cours hebdomadaires GVS :

- 3 trimestres : 135 euros***
- 2 trimestres : 105 euros***
- 1 trimestre : 70 euros***

**** Licence et assurance comprise***

**** Possibilité d'échelonner le règlement de 1 à 3 mensualités***

**** Vous pouvez gratuitement participer à un cours découverte***

**** Les adhérents peuvent faire découvrir les cours au conjoint ou autre***