



ASSOCIATION GV JEAN RIEUX
 Site internet : gvjeanrieux.net
 email : gvjeanrieux@gmail.com

Saison 2023-2024

Gymnastique, Pilates, Zumba, Yoga...

Cotisation annuelle 180 €

Tarif étudiant et bénéficiaire du RSA : 150 € (sur justificatif)

Le forfait annuel donne un accès illimité aux 19 heures de cours diversifiés hebdomadaires hors vacances scolaires.

Aucun remboursement ne sera effectué en cours d'année

Ecole de danse Studio 9 : 5 place Roger Arnaud 31400 Toulouse

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
8h50-9h50	Gym tonique		Gym tonique	Yoga	Gym tonique
10H-11H	Stretch /relax		Stretch/relax	PILATES	PILATES
11H00-12H00	Gym douce		Gym douce		Gym douce
12H15-13H15		PILATES			
17h30-18h30				Renforcement musculaire	
18H-19H	Danse Mouv				Gym zen

Au gymnase du collège Anatole France 21 Bvd de la Méditerranée 31 400 Toulouse

	LUNDI			JEUDI	
18h30-19h15	Gym tonique			Cardio boxe	
18h30-19h30		Pilates			
19h15-20h	HOOP DANSE			HIIT*	

*High Intensity Interval Training : Entraînement de hautes intensités alternant efforts et récupérations

Renseignements : Florence DELAMOTTE : 06 86 80 29 20

MARCHE ACTIVE

A LA PLAINE (Cité de l'Espace) Mercredi 10h15 à 11h15
 Forfait annuel : 90,00 € (dont licence 28,00 €) 62,00 € hors licence
 Renseignements : Ghislaine LE BIGOT : 06 37 92 05 38