



Section Gymnastique

ANGLET OLYMPIQUE Section Gymnastique

*Vous propose des séances de gymnastique et d'entretien,
de stretching et de remise en forme.*

Les activités sont encadrées par des Educateurs et Educatrices diplômés d'état.

PROGRAMME HEBDOMADAIRE 2021-2022

JOURS	HORAIRES	SEANCES	MONITRICES
LUNDI	18h15 - 19h15 19h15 - 20h15	Body Sculpt Stretching	
MARDI	9h00 - 10h00 18h15 - 19h45	Gym Entretien Circuit Training <u>SUR TAPIS</u>	
MERCREDI	18h15 - 19h15	Stretching	
JEUDI	9h00 - 10h00 10h00 - 11h00 18h15 - 19h15 19h15 - 20h00	Gym Entretien Stretching Gym Entretien Stretching	
VENDREDI	9h00 - 10h00	Gym Entretien	

- **Aucune adhésion ne sera acceptée sans la fourniture complète des pièces exigées**
- **L'accès à tous les cours est possible.**
- La Section Gymnastique vous propose 2 séances d'essai.
- Pour tout renseignement, téléphonez au :
06 98 86 33 37 (Secrétariat)
ou messagerie (secretariat.aog@outlook.fr)