

# Association Gym'Vitalité du Perreux

Siège de l'association : 34 Avenue Georges Clemenceau - 94170 LE PERREUX SUR MARNE

Tel : 07 71 71 09 01 - Email : [contact@gym-vitalite.fr](mailto:contact@gym-vitalite.fr) - site internet [www.gym-vitalite.fr](http://www.gym-vitalite.fr)

## Saison 2024 / 2025

### GYM ADULTES

GYM Forme	lundi	CDBM – Salle MARNE	9h15 - 10h15	Stéphanie
			10h15 - 11h15	Marion
			11h15 - 12h15	
	mardi	CDBM – Salle MARNE	9h15 - 10h15	Jérôme
			10h15 - 11h15	
mercredi	Centre Ville- Salle de Sports	9h15 - 10h15	Véronique	
jeudi	CDBM – Salle MARNE	9h15 - 10h15	Marie-Eve	
		11h15 - 12h15		
vendredi	Centre Ville- Salle de Sports	9h15 - 10h15	Marion	
		10h15 - 11h15		
Pilates	mardi	CDBM – Salle MARNE	11h15 - 12h15	Sylvie
			12h15 - 13h15	
	jeudi	Centre Ville- Salle de Sports	18h30 - 19h30	Claire
			19h30 - 20h30	
			12h15 - 13h15	
13h15 - 14h15				
14h15 - 15h15	Véronique			
vendredi	Centre Ville- Salle de Sports	11h15 - 12h15	Sylvie	
		12h15 - 13h15		
GYM Douce	mercredi	Centre Ville- Salle de Sports	10h15 - 11h15 11h15 - 12h15	Véronique
GYM Holistique	lundi	CDBM – Salle MARNE	16h15 - 17h15	Véronique
			17h15 - 18h15	
jeudi	CDBM – Salle MARNE	17h15 - 18h15		
GYM Tonique	lundi	CDBM – Salle MARNE	18h15 - 19h15 19h15 - 20h15	Véronique
Renfo Musculaire	jeudi	CDBM – Salle MARNE	18h15 - 19h15	Claire
			19h15 - 20h15	
samedi	CDBM – Salle MARNE	9h00 - 10h00	Claire	
		10h00 - 11h00		
Cardio - Tonique	jeudi	Centre Ville- Salle de Sports	19h30 - 20h30 20h30 - 21h30	Thaïs
Body Zen	jeudi	CDBM – Salle MARNE	10h15 - 11h15	Marie-Eve
YOGA	mardi	CDBM – Salle MARNE	13h30 - 14h45	Sylvie

### Marche Nordique

jeudi	Bois de Vincennes-Parking de la Cartoucherie	11h15 -12h30	Véronique
-------	--	--------------	-----------

### Natation- Piscine Robert Belvaux

mercredi	113 Boulevard Alsace Lorraine au Perreux	19h30 - 20h30	Maitres Nageurs
----------	--	---------------	-----------------

### GYM CALINE et ENFANTS

Bébés 9 mois - 3 ans	lundi	CDBM – Salle DOJO	10h30 - 11h15	Stéphanie
	mercredi		9h30 - 10h15	
Enfants Pte/Moyenne section Enfants Gde section/CP	mercredi	CDBM – Salle DOJO	10h30 - 11h15	
			11h15 - 12h00	