



# PIC GYM

**TOUTES les activités sont reconduites à partir du lundi 11 Septembre 2023. Inscrivez-vous vite .....**

**Renseignements sur notre site <http://www.pic-gym.fr>**

**Fiche d'inscription sur le site**

| DATE     | Horaire                 | ACTIVITE                          | Intervenante | Salle Fréry | Gymnase RAPP | Salle Amicale | CLUB AMITIE |
|----------|-------------------------|-----------------------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Lundi M  | <b>8H30</b>             | Gym senior                        | A.Marie      | X           |              |               |             |
| Lundi    | <b>9H45</b>             | Gym                               | A.Marie      |             | X            |               |             |
| Lundi    | <b>18H et 19H</b>       | Qi Cong                           | Odile        | XX          |              |               |             |
| Lundi    | <b>19H30</b>            | Gym                               | Martine      |             | X            |               |             |
|          |                         |                                   |              |             |              |               |             |
| Mardi    | <b>8H30 et 9H45</b>     | Pilates                           | Sylvain      | XX          |              |               |             |
| Mardi    | <b>18H</b>              | Zumba                             | Lydie        |             | X            |               |             |
| Mardi    | <b>19H15</b>            | Yoga                              | Lydie        |             | X            |               |             |
|          |                         |                                   |              |             |              |               |             |
| Mercredi | <b>8 H 30</b>           | Gym senior                        | A.Marie      |             |              |               |             |
| Mercredi | <b>18H</b>              | POUND                             | Lydie        |             | X            |               |             |
| Mercredi | <b>19H</b>              | Zumba                             | Lydie        |             | X            |               |             |
| Mercredi | <b>17H30 et 19H</b>     | Yoga                              | Céline       | XX          |              |               |             |
| Mercredi | <b>18h15 +19h15</b>     | Pilates                           | A.Marie      |             |              | XX            |             |
|          |                         |                                   |              |             |              |               |             |
| Jeudi    | <b>8 H 45</b>           | Yoga                              | Céline       | X           |              |               |             |
| Jeudi    | <b>9H45</b>             | Gym                               | Martine      |             | X            |               |             |
| Jeudi    | <b>19H45</b>            | Gym                               | Sylvain      |             | X            |               |             |
|          |                         |                                   |              |             |              |               |             |
| Vendredi | <b>8H45 et10H15</b>     | Yoga                              | Céline       | XX          |              |               |             |
|          |                         |                                   |              |             |              |               |             |
| Mercredi | <b>12H+12h45+ 13H30</b> | Acquagym<br>Piscine<br>Montbrison |              |             |              |               |             |
|          | <b>25 H de cours</b>    |                                   |              |             |              |               |             |

Pour plusieurs activités voir les tarifs sur fiche d'inscription .....

***Renseignements au 0667322678 ou 0632976354  
et sur le site internet « [pic-gym.fr](http://pic-gym.fr) »***