



SAISON : 13 SEPTEMBRE 2021 – 30 JUIN 2022

SEANCES DE GYMNASTIQUE à MONTAUBAN

ADULTES et ADOS dès 14ans

- **Lundi 18H30 à 19H30 - C.A.F/R.M avec Mick**
Gymnase Jean Jaurès (Villebourbon) avenue Jean Jaurès
- **Mardi 10H00 à 11H00 - RENFORCEMENT MUSCULAIRE avec Lise**
18H30 à 19H30 - PILATES avec Christiane
Palais des Sports Jacques Chirac rue du Général d'Amade
- **Mercredi 19H00 à 20H00 - PUMP TRAINING avec Mick**
Palais des Sports Jacques Chirac rue du Général d'Amade
- **Jeudi 9H30 à 10H30 - TRAINING avec Xavier**
10H00 à 11H00 - RENFORCEMENT MUSCULAIRE avec Lise
Salle des Fêtes de Gasseras et Palais des Sports
- **Vendredi 18H30 à 19H30 - PILATES avec Christiane**
19H30 à 20H30 - ZUMBA avec Maria
Gymnase Jean Jaurès (Villebourbon) avenue Jean Jaurès

ENFANTS 3 ANS à 7 ANS réservé aux enfants ou petits enfants d'adhérents

- **Mardi 18H30 à 19H30**
Palais des sports avec Mick

AUTRES ACTIVITES

- **Randonnées pédestres**
Le **JEUDI** départ 13h30 Place Lalaque à MONTAUBAN (covoiturage).
Weekends et dimanches sportifs suivant programme à publier.

COTISATION SAISON 2021-2022 – licence et assurances fédérales comprises

- Gymnastique & marche..... 80 €
 - 1 enfant 3/7 ans ou 14/17 ans
 - + 1 parent 150 €
- La pratique des activités est soumise à la présentation obligatoire d'un certificat médical d'aptitude.

RENSEIGNEMENTS SUR NOTRE SITE www.cmeb82.fr/mgdl & PAR MAIL mgdl@cmeb82.fr

Colette HARLÉ	06.33.20.20.93	Aurélié MACAREZ	06.22.25.82.40
Annie AUDOIN	06.77.81.15.65	Jérôme AMPOSTA	06.52.83.06.63
Michèle PEIGNOIS	06.78.67.83.72	Bénédicte FOULQUET	06.67.76.99.52