

U.S.O.M. Gymnastique adultes mixtes 2023/2024

Renseignements et inscriptions : C.S.C.S. 3 rue A Croizat Mondeville

Mardi 27/06 Mercredi 28/06 10h00 – 12h00 Jeudi 29/06 17h00 – 19h00

Samedi 2/09 14h00 - 18h30 Fête des associations Halle Bérégovoy Mondeville

Jeudi 07/09 17h00 - 19h00

Du 11/09 au 20/09 lundi 19h - 20h mercredi 10h - 12h

Du 21/09 au 2/10 lundi 19h00—20h00

Reprise des cours : 11 septembre 2023

Lundi

C.S.C.S.
3 rue A croizat

Qi Gong

9h30 - 10h30

10h45 - 11h45

Gymnase J. Maurice

Cardio Sculpt Fitness

20h15 - 21h15

Gymnase

J.Maurice

Gym d'entretien

8h45 - 9h35

Gym d'entretien

9h40 - 10h40

Mardi

Gymnase J. Maurice

Gym Douce

8h30 - 9h30

9h40 - 10h40

Salle Lemarchand

17h30 - 18h30 **Pilâtes**

18h45 - 19h45 **Stretching**

Halle Bérégovoy salle T.T.

Cardio Sculpt Fitness

19h30 - 20h30

Piscine Gym Aquatique

17h00—18h00

Halle Bérégovoy salle T.T.

Gym d'entretien

8H50 - 9H50

Gymnase J. Maurice

Gym d'entretien

9h15 - 10h15

Salle Bizet

10h30 - 11h30 **Stretching**

11h45 - 12h45 **Pilâtes**

Gymnase J Maurice

Gym Sport sur Ordonnance et

gym Bien Être sur chaise

(nbre maxi 15 personnes)

15h40 - 16h40

Jeudi

Gymnase

J.Maurice

Badminton

9h15 - 10h30

Samedi

Mondeville:

Licence GYM

95,00

+ A partir de 3 cours gym/sem 30,00

+ Gym aquatique 28,00

+ Qi Gong 46,00

+ Stretching 20,00

+ Pilâtes 20,00

Nombre minimum de licenciés par séances 15 / Nombre maximum de licenciés par séances 35

Extérieurs:

116,00

37,00

34,00

56,00

25,00

25,00

Questionnaire de santé à remplir.

Joindre à la fiche d'inscription l'attestation de non contre-indication à la pratique sportive.

Si une réponse positive sur questionnaire de santé certificat médical obligatoire.

USOM Gymnastique C.S.C.S. 3 Rue Ambroise Croizat 14120 MONDEVILLE

Mail : usomgym.mondeville@laposte.net

Tel: 02 31 82 22 73

Site : usom-gym.fr

INFORMATION RENTREE 2023/2024

INSCRIPTIONS

**Carrefour Socio Culturel et Sportif
3 rue A Croizat 14120 MONDEVILLE**

**Inscriptions à partir de fin juin.
Encaissement des chèques à partir du 11/09/2023.**

Ne pas oubliez

CHÉQUIER AVANTAGES SPORT CULTURE LOISIRS

**La Ville de Mondeville vous aide financièrement à pratiquer
une activité sportive, culturelle et de loisirs.**

**Selon vos conditions de ressources, vous pouvez prétendre
à des réductions pour**

**66 activités auprès de 33 associations et clubs partenaires
dont la section Usom Gymnastique**

**Avec le chéquier avantages,
profitez de dizaines d'activités à petits prix !**

CCAS : 02 31 35 52 03 Pôle Social Quai des Mondes : 02 31 35 52 26