



Mondeville Gymnastique Sport Pour Tous Adultes Rentrée 2025/2026, le 8/09/2025

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

Mardi 24/06 et mercredi 25/06 10h00 - 12h00 jeudi 26/06 17h00 - 19h00

Mardi 01/07 et mercredi 02/07 10h00 - 12h00 Jeudi 03/07 17h00 - 19h00

Samedi 30/08 14h00 - 18h30 Fête des associations Halle Bérégovoy Mondeville

Jeudi 04/09 17h00 - 19h00 du 08/09 au 27/09 Lundi 19h - 20h et Mercredi 10h - 12h

Lundi Salle Bizet rue V Hugo *CLAIRE* **Qi Gong** 9h30 - 10h30 10h45 - 11h45
Salle Lemarchand rue A Bayet *THOMAS* **Cardio Sculpt Fitness** 20h15 - 21h15

Mardi Salle Lemarchand rue A Bayet *VANESSA*
Gym d'entretien 8h30 - 9h30 et 9h40 - 10h40

Mercredi

Salle Lemarchand *FRANCOISE* **Gym Douce** 8h30 - 9h30 9h45 - 10h45 11h00 - 12h00

Salle Bizet rue V Hugo *PIERRE ANDRE* **Pilâtes** 17h45 - 18h45 (Priorité aux licenciés en activité)
Stretching 18h50 - 19h50

Salle Lemarchand rue A. Bayet *THOMAS* **Cardio Sculpt Fitness** 19h30 - 20h30

Piscine ????????

Jeudi

Salle Viel 6 chemin de la cavée (parking piscine) *VANESSA* **Gym d'entretien** 8h50 - 9h50

Salle Lemarchand *MORGANE* **Gym d'entretien** 9h00 - 10h00

Salle Bizet *PIERRE ANDRE* **Pilâtes** 9h - 10h00 **Stretching** 10h15 - 11h15

Pilâtes 11h30 - 12h30

Salle Lemarchand ou Bizet *???* *FRANCOISE* **Sport sur Ordonnance et Gym Bien-Être sur chaise** (maxi 18 personnes) 15h40 - 16h40

Samedi

Gymnase P. Lafond rue Büddenstedt *LAURENT* **Badminton** 9h15 - 10h30

	<u>Mondeville:</u>	<u>Extérieurs:</u>	
Licence GYM	100.00	120.00	Questionnaire de santé à remplir.
+ A partir de 3 cours gym/sem	32.00	39.00	Joindre à la fiche d'inscription l'attestation de non contre-indication à la pratique sportive.
+ Gym aquatique	30.00	36.00	Si une réponse positive sur questionnaire de santé, certificat médical obligatoire.
+ Qi Gong	48.00	58.00	
+ Pilâtes	22.00	27.00	
+ Stretching	22.00	27.00	
Nombre <u>minimum</u> de licenciés par séances 15 / Nombre <u>maximum</u> de licenciés par séances 35			

Mondeville Gymnastique Sport pour Tous Adultes 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