

PLANNING

DE VOTRE CLUB

2025-2026

MONDEVILLE
GYMNASTIQUE
SPORTS POUR TOUS
ADULTES



Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



Qi Gong

09:30 - 10:30

Adultes

Séniors

Débutant

Confirmé

Expert

SALLE BIZET

Qi Gong

10:45 - 11:45

Adultes

Séniors

Débutant

Confirmé

Expert

SALLE BIZET

Full tonic cardio sculpt

20:15 - 21:15

Adultes

Séniors

Débutant

Confirmé

Expert

SALLE LEMARCHAND



mardi



Gym d'entretien

08:30 - 09:30

Adultes

Séniors

Familles

Avec
prescription
médicale

Débutant

Confirmé

Expert

GYMNASE JEAN

MAURICE

Gym d'entretien

09:40 - 10:40

Adultes

Séniors

Familles

Avec
prescription
médicale

Débutant

Confirmé

Expert

GYMNASE JEAN

MAURICE



mercredi





Gym douce	08:30 - 09:30	Séniors Adultes Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE LEMARCHAND
Gym douce	09:45 - 10:45	Adultes Séniors Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE LEMARCHAND
Gym douce	10:50 - 11:50	Adultes Séniors Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE LEMARCHAND
Piscine	17:00 - 18:00	Adultes Séniors Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	PISCINE
Pilates	17:45 - 18:45	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	SALLE BIZET
Stretching	18:50 - 19:50	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	SALLE BIZET
Full tonic cardio sculpt	19:30 - 20:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	SALLE LEMARCHAND





Gym d'entretien	08:50 - 09:50	Adultes Séniors Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE LEMARCHAND
Gym d'entretien	09:00 - 10:00	Adultes Séniors Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	GYMNASE JEAN MAURICE
Pilâtes	09:00 - 10:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	SALLE BIZET
Stretching	10:15 - 11:15	Adultes Séniors Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE BIZET
Pilâtes	11:30 - 12:30	Adultes Familles Séniors Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE BIZET
Gym bien être	15:40 - 16:40	Adultes Séniors Familles Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE LEMARCHAND



**Gym Mémoire**

10:00 - 11:00

Adultes
SéniorsDébutant
Confirmé
Expert

SALLE J VIEL

**samedi****Badminton**

09:15 - 10:30

Adultes
Séniors
Familles
Avec
prescription
médicaleDébutant
Confirmé
ExpertGYMNASE PIERRE
LAFOND



Lieux & contacts

Siège

MONDEVILLE GYMNASTIQUE SPORTS POUR TOUS
ADULTES
3 RUE A. CROIZAT
C.S.C.S.
14120
14120 MONDEVILLE

T 0231847830

 lieuxdepratique@gmail.com

CSCS
3 RUE A CROIZAT
14120 MONDEVILLE [14120]

GYMNASE PIERRE LAFOND
RUE DE BUDDENSTEDT
14120 MONDEVILLE

PISCINE
ROUTE DE ROUEN
14120 MONDEVILLE

SALLE BIZET
RUE V HUGO
14120 MONDEVILLE [14120]

GYMNASE JEAN MAURICE
3 RUE A CROIZAT
14120 MONDEVILLE [14120]

HALLE BEREGOVY SALLE 2
RUE CALMETTE
14120 MONDEVILLE

SALLE LEMARCHAND
RUE A BAYET
14120 MONDEVILLE

SALLE J VIEL
RUE DE LA CAVEE
PARKING PISCINE
14120 MONDEVILLE