



«GYM
LOISIRS
POUR
TOUS

à Vieille-Toulouse

***A LE PLAISIR
DE VOUS
PRESENTER
SES ACTIVITES
POUR LA
SAISON
2024/2025***

REPRISE DES ACTIVITES

- :: :: :: :: :: :: :: :: :: ::

GYM : le 17/09/2024

PILATES : le 16/09/2024

PILATES BALLON :

19/09/2024

POTERIE/SCULPTURE :

03/10/2024

**GYM &
LOISIRS POUR
TOUS**

**Saison
2024/2025**

GYMNASTIQUE DAMES

PILATES – Mixte

PILATES avec BALLON

POTERIE /SCULPTURE

GYMNASTIQUE DAMES



GYM d'ENTRETIEN

MARDI : 9H30 à 10H30

STRETCHING

VENDREDI : 10H à 11H

Coût/an : 150€ - 1 séance
: 160€ - 2 séances

Contact : Huguette au 06.80.91.38.24

*Augmentation de la souplesse de la
mobilité et de la stabilité articulaire*

PILATES



LUNDI : 9H30 à 10H30

VENDREDI : 17H30 à 18H30^h

(Débutants)

: 18H30 à 19H30

(Intermédiaires)

Coût/an : 160€ - 1 séance

: 190€ - 2 séances

Contact : Maeva au 06.61.94.68.01

e-mail : maeva.acosta@gmail.com

Renforcement musculaire et gainage.

Apprendre à respirer et à se relaxer.

PILATES avec BALLON

JEUDI : 9H30 à 10H30 (Débutants)

JEUDI : 10H30 à 11H30 (Intermédiaires)

Coût/an : 160€

Contact : Maeva ACOSTA

*Le ballon est un accessoire pour tonifier
vos muscles et développer l'équilibre et
souplesse.*

*Nota : 1cours par semaine+ 1cours (gros
ballon)=210€*

*2 cours par semaine+1cours (gros
ballon) =240€.*

POTERIE/SCULPTURE

JEUDI : 14H à 17H (tous les
15 jours)

Coût /par trimestre : 160€

Contact : Elisabeth

POINSIGNON

TEL : 0638430921

Début des cours : le 5/10/2024

savoir

- ✓ L'association se réserve la possibilité d'annuler certaines activités si le nombre de participants est insuffisant.
- ✓ Pas de cours pendant les vacances scolaires.
- ✓ Un certificat médical sera nécessaire pour la pratique d'activités sportives.
- ✓ Séance d'essai possible.
- ✓ Adhésion possible à tout moment (dans la saison).

A consulter

*Site internet : vieille-toulouse.fr
rubrique «Associations »*

Présidente : MAISONNIER

Michèle TEL : 0776807289