



## Gym & Yoga Magenta - Planning 2023-24

	Yoga	Gym Tonic	Step	Zumba	Piloxing	Stretching-Gym d'entretien	Free Fit (selon météo)
<b>Lundi</b>	10h à 11h30 18h30 à 20h00	18h30 à 19h30	19h40 à 20h30				
<b>Mercredi</b>	17h30 à 18h30						
<b>Jedi</b>		19h15 à 20h15		18h15 à 19h15			
<b>Vendredi</b>					17h45 à 18h40	18h45 à 19h40	
<b>Samedi</b>							10h à 11h(1 samedi sur 2)

### Tarifs:

Yoga : 210€/an pour 3 séances/semaine (règlement en 3 chèques à l'inscription)

Fitness 125€/an comprenant: Gym Tonic, Step, Zumba ,Piloxing, free fit et licence (30€ inclus)

Stretching -Gym d'entretien : 70€/an

Fitness + Stretching : 150€/an

### Où pratiquer ?

Yoga : Maison Heureuse 18 Rue des Martyrs de la Résistance 51530 Magenta – 2<sup>e</sup> étage Salle 3

Fitness et Stretching : Halle des Sports Place Roger Pointurier 51530 Magenta

Free Fit : RDV Terrain de foot Dizy (derrière la gendarmerie)- Inscription par SMS à David vendredi soir au plus tard.

### Contacts:

Yoga : Bruno Gondouin 06 74 32 29 73 [yogigondouinb@gmail.com](mailto:yogigondouinb@gmail.com)

Gym Tonic/Step : Monique Vicot-Nogueira 06 76 05 64 68 [moniquevicot@hotmail.com](mailto:moniquevicot@hotmail.com)

Zumba/Piloxing/Stretching : Catherine Mary 06 67 66 65 36 [cathouk2@aol.com](mailto:cathouk2@aol.com)

Gym Tonic jeudi/Free fit: David Agnès 06 11 86 49 63 [davidagnes1975@gmail.com](mailto:davidagnes1975@gmail.com)

**Reprise des cours lundi 18 Septembre 2023- 2 Semaines d'essais gratuits**

**Inscriptions Fitness lundi 2 Octobre 2023/ Stretching vendredi 6 Octobre 2023**

Nos cours sont mixtes et ouverts à tous à partir de 14 ans.

Les chaussures venant de l'extérieur ne sont pas autorisées dans les cours.

**Pour des raisons sanitaires, nous vous recommandons de venir avec votre propre tapis.**

Les personnes étrangères à l'association ne sont pas autorisées à assister aux cours y compris les enfants.

Le code de la route doit être respecté autour des équipements sportifs.