



**ASSOCIATION  
GYMNASTIQUE  
VOLONTAIRE  
MIXTE**



**Ardèche, Huos, Cier de Rivière, Martres de Rivière, Pointis de Rivière**

## **AGV Plaine de Rivière**

Reprise des cours à compter du :

**LUNDI 11 SEPTEMBRE 2017 à 18h (inscriptions)**

	<b>salle des fêtes Martres de Rivière</b>	<b>salle des fêtes Huos</b>
<b>Lundi</b>	<b>18h30</b> Renforcement musculaire ou Step 1f /4	
<b>Mardi</b>		<b>19h30</b> Gym Tonic
<b>Mercredi</b>	<b>18h30</b> L.I.A.	
<b>Jeudi</b>	<b>10h30</b> Gym douce	<b>19h30</b> Activ'Marche ou atelier Cardio/gainage
<b>Vendredi</b>	<b>19h30</b> Gym Tonic ou Pilates 1f /2	

*Cours effORMip (encadrement des personnes atteintes de pathologie chronique, se renseigner auprès de nos animateurs diplômés)*

### **2 COURS D'ESSAI GRATUITS**

**Inscriptions (100€ pour la saison) et renseignements sur place**

**Ou au 06 20 97 71 49 ou sur [gymvolontaire-031269@epgv.fr](mailto:gymvolontaire-031269@epgv.fr)**

**\*\*\*Merci de prévoir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la gymnastique\*\*\***

**A très bientôt**

**L'AGV Plaine de Rivière**