

Association Gymnastique Volontaire Plaine de Rivière



L'Association de Gymnastique Volontaire « Plaine de Rivière » affiliée à la Fédération F.F.E.P.G.V, œuvre depuis près de 15 ans, avec l'ambition de faire cohabiter dans le respect et la bonne humeur des adhérents de 20 à 80 ans et des deux sexes.

En termes d'activités, l'association a fait le choix de la diversité, avec 6 cours par semaine (216 dispensés de septembre à juin) avec de la gym tonic, du step , du stretching, des abdos fessiers, de l'actimarch...





Ces séances ont lieu à la salle de Martres de Rivière et à la salle d'Huos suivant le planning

	salle des fêtes (chauffée) Martres de Rivière	salle des fêtes Huos
Lundi	17h00 <i>Gymnastique adaptée aux personnes</i> <i>atteintes de pathologie chronique*</i> 18h30 <i>Renforcement musculaire ou step1semaine/2</i>	
mardi		19h30 <i>gym tonic</i>
mercredi	18h30 <i>L.I.A</i>	
jeudi	10h30 <i>gym douce</i>	
vendredi	19h30	

	<i>gym tonic ou pilates 1semaine/2</i>	
--	--	--

Possibilité de prise en charge par votre mutuelle ou efFORMip, se renseigner auprès de notre animatrice

2 COURS D' ESSAI GRATUITS

Inscriptions et renseignements **sur place** ou:

Marta au **06 20 97 71 49**

Véronique au **06 09 39 77 58**

ou gymvolontaire-031269@epgv.fr

(2 cours d'essai gratuits)

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

«Faire du sport à l'AGV Plaine de Rivière, c'est contribuer à son bien-être personnel, dans la convivialité, entouré d'une équipe d'animateurs compétente et dynamique».

A très bientôt.

L'AGV Plaine de Rivière