

COMITÉ DÉPARTEMENTAL GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

ADRESSE

Maison des Sports
202, Bd Aristide Briand
B.P 167
85004 LA ROCHE SUR YON CEDEX

CONTACT

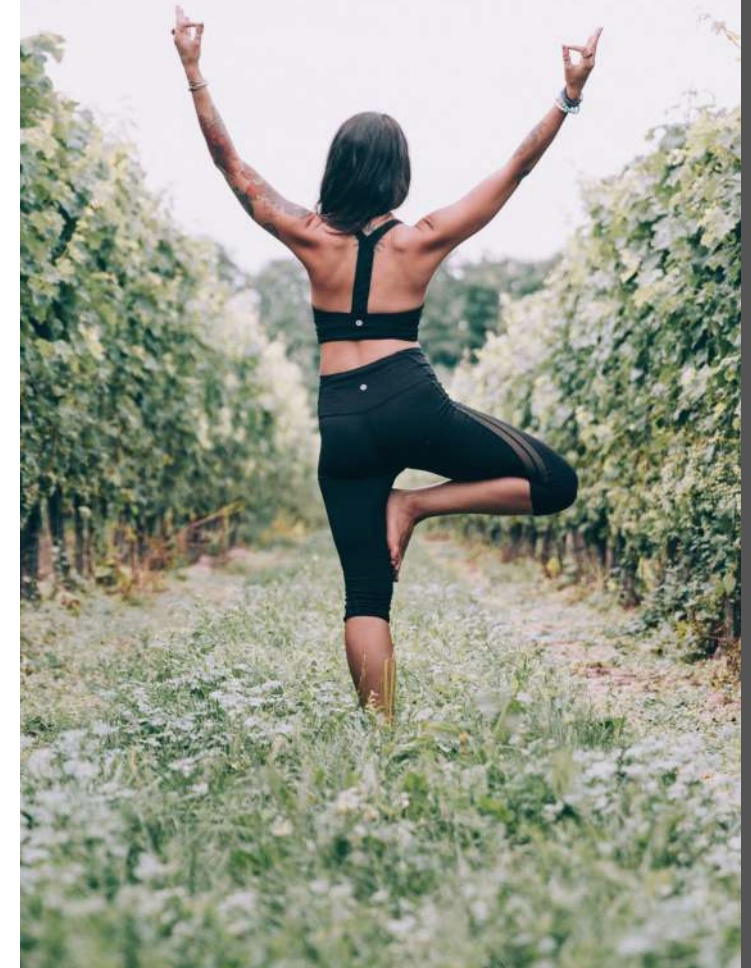
Tel : 02.51.44.27.18
Mail : catherine.guilbaud@codep85.epgv.fr
Site : www.sport-sante.fr



Ne pas jeter sur la voie publique

CLUBS EPGV

LA ROCHE SUR YON
SAISON 2019 / 2020



PRATIQUEZ VOTRE
SPORT SANTÉ
DANS UN CLUB DE
GYMNASTIQUE
VOLONTAIRE
À LA ROCHE SUR YON !



COURS ADULTES

Maison de quartier des Forges

Club Top Gym

Contact : Mme BERNARD

02.51.34.11.82

*Lundi 14h à 15h

*Mardi - 20h à 21h

Salle Laennec

Club Les Robretières

Contact : Mme GRANDHOMME

02.51.24.01.30

*Lundi 20h15 à 21h15

Maison de quartier du Val d'Ornay

Club Arc en Ciel

Contact : Mme CHARRIER

07.66.37.13.09

*Lundi 18h15 à 19h15 Gym

19h30 à 20h30 Gym

18h15 à 19h15 Marche active

19h15 à 20h Pilates

*Mardi 18h à 19h Cross training

19h à 20h Renforcement musculaire

*Mercredi 19h à 20h30 Marche nordique

*Jeudi 18h à 19h Gym

19h à 20h Gym

20h à 21h Assouplissement

*Vendredi 9h à 10h Body Zen

10h à 11h Abdos fessiers

11h15 à 12h15 Body Zen / Pilates

Terres Noires

Salle omnisports Marcel Paul

Contact : Xavier ASTCHGEN

02.51.36.05.58

*Jeudi 18h à 19h

COURS SPÉCIFIQUES

Atelier Passerelle

*Mercredi 18h à 19h

Salle Laennec

Pour personnes en surpoids

Sur prescription médicale

Cours "Atout Gym"

*Mardi 18h à 19h

Maison de quartier des Forges

Pour des personnes ayant des difficultés
spécifiques

Cours "APA Cancer"

*Jeudi 16h15 à 17h15

Maison de quartier du Val d'Ornay

Cours Santé / Handicap

*Lundi 18h à 19h

Salle rythmique Omnisport Jean Yole

Accessible à tous

Respect du rythme de chacun

COURS SENIORS

Maison de quartier des Pyramides

Contact : Marie-Annick VALOT

02.51.47.82.46

*Lundi 9h30 à 10h30

Maison de quartier Pont Morineau

Contact : Marie-Annick VALOT

02.51.47.82.46

*Mardi 9h30 à 10h30

Maison de quartier du Val d'Ornay

Club Arc en Ciel

Contact : Mme CHARRIER

02.51.62.67.63

*Mercredi 10h10 à 11h10 - 11h15 à 12h15

Maison de quartier des Forges

Contact : Marie-Annick VALOT

02.51.47.82.46

*Mardi 10h à 11h

*Jeudi 10h45 à 11h45

Nouveau Dojo

Contact : Marie-Annick VALOT

02.51.47.82.46

*Jeudi 11h à 12h Gym Bien-Être

*Vendredi 10h à 11h

Salle Omnisports Le Sully

*Lundi 10h à 11h - 11h à 12h Gym douce

*Mercredi 9h30 à 10h30

Maison de quartier du Val d'Ornay

Club de St André

Contact : Mme MANDIN

06.46.04.64.22

*Mardi 9h15 à 10h15 - 10h30 à 11h30

Crédit Mutuel
LA banque à qui parler