



## **GYMNASTIQUE VOLONTAIRE ROUXMESNIL-BOUTEILLES TARIF 2022/2023**

### **GYM**

**100 € (avec licence)  
Accès illimité aux 3 cours GYM**

**Lundi 18h45 - 19h45  
Mardi 10h00 - 11h00  
Mercredi 18h15 - 19h15**

### **PILATES (45 mn)**

**90 € (avec licence)  
Lundi 19h45 - 20h30**

### **GYM + PILATES**

**150 € (avec licence)**

**REPRISE LUNDI 5 SEPTEMBRE  
2 séances gratuites (nouveau adhérent)  
Cours encadrés par des animatrices diplômées**

**Abdos-fessiers - cardio vasculaire et musculaire - fitness  
stretching - souplesse - mémoire - coordination - bien-être**

### **Matériel mis à disposition**

**Step-élastiband-fitball-bâtons-tapis-ballons GRS  
disques glisseurs-cerceaux-baguettes-bracelets lestés  
balles lestées-cercles pilates**



**Complexe Sportif  
CHARLES LEFEVRE**

**Présidente : 06 44 18 16 92  
Secrétaire : 06 30 87 03 03  
Trésorière : 02 35 85 35 63**