

Nouveautés 2024

Nouveaux cours :

Gym douce vendredi 10h15
Gym enfant 6-8 ans samedi 9h45

Nouveaux animateurs :

Simon → mardi 18h35 Pilates dynamique
Cheick → samedi 9h45 Cours enfant

Calendrier modifié pour Acti'March :

Cours toute l'année.

Inscriptions

- Lors des permanences du **6 septembre**
- Par internet avec paiement carte bancaire
- Après des correspondants de cours

Documents disponibles sur le site internet
Certificat médical ou auto-évaluation (voir
formulaire d'inscription)

Inscriptions possibles en cours d'année

Pas de remboursement en cours d'année
Minimum 12 participants pour maintenir un cours

→ Cours de septembre à juin (hors
vacances scolaires)

→ 2 séances d'essai gratuites sur des
cours différents

Randonnées

Journées de randonnées selon calendrier
et un week-end de 3 jours

CHAVIL' GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Adresse postale : 15 rue Jean Jaurès – 92370 CHAVILLE

Forfait annuel adulte

Un cours / semaine (*) 160 €
Deux cours / semaine (*) 220 €
Passeport illimité PASS 280 €

(*) Horaires fixes dans la semaine

Licence FFEPGV incluse (27,60 €)
Possibilité de souscrire une assurance
complémentaire : nous consulter
Réduction 20 € pour les mineurs à partir de 16 ans

Prêt de bâtons de marche nordique ou de bungy
pump : nous contacter

Marche nordique

La marche nordique compte pour un cours.

Possibilité de paiement à la séance :

10 € / séance et 30 € pour les frais annuels
d'inscription (licence) dès la deuxième séance

Cours enfant

Forfait annuel 160 €

Nous acceptons :

- Bons CCAS de la
Mairie de Chaville
- Coupons ANCV
(Sport / Vacances)



Chavil'Gym



**SAISON
2024 -2025**



**Début des cours
9 SEPTEMBRE**



RENSEIGNEMENTS

06 70 77 42 90 – 06 83 50 87 19

<https://chaville.gym.c92.fr>

Lundi

9h00	Hatha Yoga	Ina
10h10	Hatha Yoga	Ina
14h30	Gym douce seniors, équilibre, mémoire	M.Thérèse
18h45	Gym dynamique, Body Forme, Tonus	Catherine
19h45	Pilates dynamique,	Catherine
21h00	Piyolates (Pilates + Yoga)	Catherine

Mardi

9h00	Pilates	Corinne
10h00	Stretching	Corinne
11h00	Gym modérée	Florina
11h15	Aisance du mouvement, détente (Inspiration G.Alexander-Eutonie, Ehrenfried, Feldenkrais)	Christine
18h35	Pilates dynamique	Simon 
20h00	Pilates	Jésabel
21h00	Stretching	Jésabel

Mercredi

9h00	Hatha-Yoga	Rose
10h10	Gym douce, équilibre, mémoire	Rose
18h45	Gym Vitalité	M.Thérèse
19h50	Gym Vitalité	Martine
20h50	Gym et Energie	Martine

Sont OBLIGATOIRES en salle :

-Chaussures réservées à l'usage en intérieur

-Tapis de sol et/ou drap de bain

Cours de Gym santé (cancer, diabète, obésité ..) dans le 92 :

<https://www.codepepgv92.fr/cours-sante/> Contact CODEP 01 45 34 04 22

Jeudi

9h15	Stretching	Stéphanie
10h30	Happy Gym modérée	Pascale
14h30	Marche nordique 2 h tous les 15 j	Rose
18h35	Gym Vitalité	Stéphanie

Vendredi

9h00	Pilates	Jésabel
9h00	Happy Gym	Pascale
10h15	Gym douce	Martine
18h30	Acti'March' : marche rapide / cardio	Pascale

 New

Samedi

8h45	Gym dynamique	François
9h50	Gym dynamique	François
9h45	Gym enfant 6-8 ans	Cheick
12h15	Bungy Pump (durée 1h15 26 séances annuelles)	Catherine

 New

Dimanche

9h00	Marche nordique soutenue 2h tous les 15 j	Catherine
11h00	Marche nordique modérée 1h30 tous les 15 j	Catherine

Lieux de pratique

Dojo gymnase Halimi 23 rue de la Fontaine Henri IV
Ecole Paul Bert - Salle polyvalente Accès par la rue des Blanchisseurs
Atrium Salle Maurice Béjart – Accès par le Parvis via le 5° étage
Atrium Salle Tchaïkovski - Accès par le Parvis
Ecole Ferdinand Buisson - Gymnase 273 avenue Roger Salengro
Stade Jean Jaurès - Salle polyvalente 1° étage
Stade Jean Jaurès - Gymnase Léo Lagrange
Stade Jean Jaurès - Piste d'Athlétisme
Bois de Chaville RV précisé selon activité et calendrier