



SAISON 2025/2026

GV Plaisir et Forme

17920 BREUILLET



VIVE LA RENTREE...LUNDI 1 septembre 2025

Gymnastique douce et dynamique

Salle Multisports - Allée des sports - 17920 Breuillet

Nos 4 animatrices/teur de gym

(Bruna, Pierrick, Rachel, Virginie) vous proposent

6 séances par semaine dont 2 en soirée

de Gym douce et Gym dynamique

*Avec des **séances à thème***

Step / Stretching / Cardio / Renforcement musculaire /

Body Zen / Aéro latino / Boxing energy ...

Marche active / randonnée pédestre

Nos 7 encadrant.e.s marche vous proposent

2 marches par semaine

le mercredi (marche rapide et marche sportive)

et le dimanche (marche 3 h)

+ marches à la journée

+ séjour de randonnée pédestre

Toutes les infos sur : www.gv-breuillet-17920.com

Nous serons présents au *Forum des associations* le samedi 30/08/2025 pour vous rencontrer

Planning hebdomadaire

Lundi	10h-11h	Gym dynamique
Mardi	15h45-16h45	Gym douce / Body Zen
	19h45-20h45	Gym dynamique / cardio
Mercredi	10h-12h	Marche rapide et sportive
Jeudi	9h15-10h15	Gym douce / Stretching
	20h15-21h15	Gym dynamique / renf. musculaire
Vendredi	10h-11h	Gym dynamique / Step
Dimanche	9h-12h	Marche

Cotisation individuelle	Saison entière 2025/2026	
	Hors commune	Breuillet
Gym + Marche (incluse)	130€	120€
Marche uniquement	72€	72€

Seuls les dossiers **complets** seront acceptés (inscription + certificat médical ou questionnaire santé + paiement)

Pas de papier !!! Possibilité de s'inscrire **100% en ligne** y compris le paiement avec votre carte bancaire



Renseignements :

Tél : 06.09.41.41.05

contact@gv-breuillet-17920.com

2 Séances gratuites

Inscription et paiement en ligne