



Pour tout renseignement, écrivez-nous : informations@tonicgymveigy.com

Ou visitez notre site internet :

Tonicgymveigy.com

Le programme

DEBUT DES COURS : SEMAINE DU 11 SEPTEMBRE 2017

Tous les cours se dérouleront dans la salle du Damier dans la nouvelle salle des fêtes à côté du centre commercial. Nous souhaitons aussi vous rappeler que pour tous les cours les participants doivent venir avec une tenue de sport adaptée ainsi que des baskets pour l'intérieur pour veiller à la bonne tenue de notre nouveau bâtiment.

Gym Danse

Avec Olivia

Chorégraphie alliant mouvements de danse/aérobic et de gymnastique. Tarif : 140 euros pour les habitants de Veigy / 160 pour les extérieurs

Cours 7-9 ans (2008-2010)

Mercredi 17h00-18h00

Cours 10-12 ans (2005-2007)

Lundi 18h00-19h00

Hip-Hop Enfants

Avec Olivia

Pour enfants et adolescents (à partir de 4 ans) – Tous les cours se dérouleront dans la salle Le Damier. Les répartitions se font par année de naissance. Tarif : 140 euros pour les habitants de Veigy / 160 pour les extérieurs

Cours 4 ans (2013)

Lundi 16h15-17h00

Cours 5-6 ans (2011-2012)

Lundi 17h00-18h00

Mercredi 14h00-15h00

Cours 7-8 ans (2009-2010)

Mercredi 15h00-16h00

Jeudi 17h00-18h00

Cours 9-10 ans (2007-2008)

Mercredi 16h00-17h00

Jeudi 16h00-17h00

Cours 11-14 ans (2003-2006)

Jeudi 18h00-19h00

Hip-Hop Adultes

Avec Johanna

Tarif : 140 euros pour les habitants de Veigy / 160 pour les extérieurs

Cours Adultes (à partir de 2002)

Lundi 19h30-20h30

Zumba

Avec Valérie

Pour adultes (à partir de 16 ans). Tarif : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Jeudi 19h00- 19h45

Salle Le Damier

Jeudi 20h00- 20h45

Salle Le Damier

Gym Douce

Avec Jean-Yves

Pour seniors. Tarif : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Lundi 10h45-11h45

Salle Le Damier

Equilibre du corps - Etirements

Nouveau

Avec Jean-Yves

Pour adultes (à partir de 16 ans). Tarif : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Jeudi 14h00- 15h00

Salle Le Damier

Renforcement Musculaire

Avec Corentin

Pour adultes (à partir de 16 ans). Tarif : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Mardi 19h30-20h15

Salle Le Damier

Abdos-Fessiers

Avec Corentin

Pour adultes (à partir de 16 ans). Tarif : 120 euros pour les habitants de Veigy / 140 pour les extérieurs

Mardi 18h30-19h15

Salle Le Damier