

# Gymnastique

*Les Téméraires de Pinsaguel*



Jean-François LORTHOLARIE, Président

✉ [gv.lestemeraires@gmail.com](mailto:gv.lestemeraires@gmail.com)

Trésorière : Rina SUIF

# 06.31.61.97.74

NOUVEAUX ADHERENTS  
2 SEANCES GRATUITES

SAISON 2022-2023

COURS ADULTES GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

ROQUETTES – PINSAGUEL

Reprises des cours le : 12/09/2022

JOURS	HORAIRES	LIEU	VILLE	TYPE DE GYM
LUNDI	14H à 15h	Salle des fêtes	PINSAGUEL	Gym. Entretien
MARDI	10H00 à 11H00	Salle de danse	ROQUETTES	Gym. Douce
	18H15 à 19H15	Salle des fêtes	PINSAGUEL	Renforcement musculaire
	18H45 à 19H45	Salle de danse	ROQUETTES	Cardio Fit
	19H45 à 20H45	Salle de danse		Pilates
MERCREDI	18H15 à 19H15	Salle J. Prévert/ Château	ROQUETTES	Renforcement musculaire
JEUDI	9H à 10H	Salle de danse	ROQUETTES	Gym. Douce
	19H à 20H	Salle J. Prévert /Château		Gym. Tonique
	20H30 à 21H30	Salle de danse		Gym. Tonique/ LIA
VENDREDI	14H à 15H	Salle des fêtes	PINSAGUEL	Gym entretien
	18H à 19H	Salle J.Prévert /Château	ROQUETTES	Renforcement musculaire
JOURS	HORAIRES	LIEU	VILLE	TYPE DE GYM
MARDI	16H45 à 17H45	Salle de danse	ROQUETTES	Enfants 6-11ans
SAMEDI	10H30 à 11H30	Salle de danse	ROQUETTES	>11 ans-18ans

**CONTACTS :**

[gv.lestemeraires@gmail.com](mailto:gv.lestemeraires@gmail.com)

Brigitte : 06 88 28 52 22

Rina : 06 31 61 97 74

Christine (pour les cours enfants) : 06 11 33 08 94