



# GYM & Bien-Etre

A Partir du Lundi 6 septembre 2021

Gymnase Pierre Curvat – 2 rue de l'étang – Le Chesnay Rocquencourt

<b>Lundi</b>	9h00– 10h00	<b>Renforcement musculaire</b>	Thomas
	20h30 - 21h30	<b>Gym Dynamique</b>	Claudia
<b>Mardi</b>	9h15 -10h15 10h30 – 11h30	<b>Renforcement musculaire Pilâtes</b>	Fabien
	9h15 – 10h15 10h30 – 11h30  19h30 – 20h30 20h30 – 21h30	<b>Renforcement musculaire Pilâtes  Gym Dynamique Pilâtes</b>	Andréa
<b>Jeudi</b>	9h15 – 10h15 11h – 12h	<b>Body-work Gym Pluriel</b>	Christiane Amanda
<b>Vendredi</b>	9h15 – 10h15 10h30 – 11h30	<b>Aérobic/ Renforcement musculaire Stretching / barres au sol</b>	Andréa
<b>Samedi</b>	9h15 – 10h15	<b>Renforcement musculaire</b>	Fabien

## INSCRIPTION

**(fiche + certificat médical pour les nouveaux + chèque)**

Sur place **si complète** dans la boîte réservée « GYM USMR » dans la salle de danse ou par courrier USMR, 4 Place de l'Hôtel de ville, 78150 Le Chesnay-Rocquencourt

Renseignements : [usmr.mairie@wanadoo.fr](mailto:usmr.mairie@wanadoo.fr) tél : 07 49 34 60 84 Site : [www.gymrocq.com](http://www.gymrocq.com)

<b>FORFAIT ANNUEL</b>	<b>Tarif Unique</b>
<b>Séances illimitées</b>	<b>200 €</b>