

Portes ouvertes du lundi
07 sept au jeudi 17 sept.
Venez tester les cours
sans engagement,

SAISON 57

inscriptions

***Vous n'avez pas pu venir
aux portes ouvertes, :***
2 Bons d'essais gratuits
possibles sur demande
auprès d'un membre du
bureau.

GYM VOLONTAIRE LAGNIEU

Rejoignez -nous AU GYMNASSE DE LAGNIEU

- LUNDI :** 14H00 à 15h00 FITNESS
15H05 à 16H05 EQUILIBRE-MAINTIEN DE FORME
18H05 à 19H05 STEP
19H10 à 20H10 RENFO-CARDIO
- MARDI** 09H00 à 10H00 ENTRETIEN MUSCULAIRE
10H10 à 11H10 GYM DYNAMIQUE CARDIO
14H00 à 15H00 STRETCHING
- MERCREDI** 08H45 à 09H45 YOGA
19H10 à 20H10 CARDIO-RENFO
- JEUDI** 09H00 à 10H00 PILATES
10H05 à 11H05 PARCOURS OXYGENE
14H00 à 15H00 GYM DOUCE

Une fois par mois une activité randonnée sera proposée

RENSEIGNEMENTS : gvlagnieu@outlook.fr

Marie-Pierre 06 23 47 01 96

ou Yves 06 23 78 94 45

TARIFS ANNUELS 2026-2027 pour l'ensemble des cours
habitants Lagnieu 145€ Extérieurs 155€ (paiement en trois fois possible)



site internet
<https://gym sportlagnieugv01.fr>

