

Label
Qualité Club
Sport Santé



GV ST JEAN LE BLANC -
A045011



REJOIGNEZ
NOUS !



SAINT JEAN LE BLANC

Ensemble
en forme !

PLANNING et TARIFS DES ACTIVITÉS SAISON 2026-2027

Licence adulte 37 € valable pour l'ensemble des cours

BOUQUET 120 € (possibilité de faire jusqu'à 6 cours)

ACTI'GYM SPORT SANTÉ	Lundi	9h00 / 9h55	Gymnase de l'Armandière
GYM MULTI ACTIVITÉS	Lundi	10h30 / 11h30	Gymnase de l'Armandière
GYM OXYGÈNE	Lundi	18h30 / 19h30	Extérieur ou Gymnase
ÉTIREMENTS	Mardi	18h45 / 19h45	Gymnase Travers Salle Saphir
GYM ENTRETIEN (1) (sans impacts sur cardio et articulations)	Mercredi	16h00 / 16h55	Salle multi activités
GYM ENTRETIEN / ÉTIREMENTS (1)	Mercredi	17h00 / 17h55	Salle multi activités
ÉTIREMENTS (1)	Mercredi	18h00 / 18h55	Salle multi activités
RENFORCEMENT MUSCULAIRE DYNAMIQUE	Jeudi	18h30 / 19h30	Gymnase de l'Armandière

(1) : En raison de la capacité limitée de la salle multi activités, pour les cours du mercredi (gym entretien, gym entretien/étirements, étirements) un seul choix de cours possible et définitif. Choix à préciser obligatoirement sur le bulletin d'inscription.

SENIORS

APS (Activité Physique Sportive) 95 € (65 € si cumul avec bouquet)	Lundi	14h30 / 15h30	Salle de danses
1 ATELIER EQUILIBRE/MEMOIRE 50 €/atelier 14 SEANCES/ATELIER GRANDS SENIORS	Mercredi	9h30 / 10h30	Salle 2 espace ZINSIUS

AUTRES ACTIVITÉS

MARCHE ACTIVE : 95 € Inclus 1 cours bouquet sauf cours du mercredi	Mardi	10h15 / 11h15 (niveau 2)	Île Charlemagne
	Mardi	11h15 / 12h15 (niveau 1)	Île Charlemagne
MARCHE NORDIQUE : 95 € Si cumul avec marche active = 75 €	Samedi	10h45 / 12h15	Différents lieux à l'extérieur
AQUAGYM : 150 € 1 heure/semaine 230 € 2 heures/semaine	Mercredi	16h00 / 17h00	Bassin d'apprentissage Rue Creuse
	Jeudi	20h00 / 21h00	Bassin d'apprentissage Rue Creuse
FOLKLORE / DANSES DU MONDE 95 € par cours (65 € si cumul avec bouquet)	Mardi	14h15 / 15h45	Salle de danses
TAÏ CHI / QI GONG : 125 €	Lundi	15h45 / 17h00	Salle de danses
STRETCHING POSTURAL 95 € (65 € si cumul avec bouquet) Sous condition du nombre d'inscriptions	Jeudi	18h30 / 19h30	Gymnase Travers 1er étage Salle Saphir
PÎLATES 95 € par cours (65 € si cumul avec bouquet) Nombre de places limitées	Lundi	15h30 / 16h30	Salle multi activités
	Mardi	17h45/18h40	Gymnase Travers 1er étage Salle Saphir
	Mercredi	19h15 / 20h10	Salle multi activités
	Vendredi	17h15/18h10	Salle multi activités
YOGA (adultes et adolescents) 150 € 1 heure/semaine 230 € 2 heures/semaine	Lundi	17h00 / 17h55	Salle multi activités
	Lundi	18h00 / 19h00	Salle multi activités
	Mardi	18h00 / 19h00	Salle multi activités
	Mardi	19h00 / 20h00	Salle multi activités
	Jeudi	08h55 / 09h55	Salle de danses
	Jeudi	19h00 / 20h00	Gymnase Travers 1 ^{er} étage Salle Émeraude
	Vendredi	09h30 / 10h30	Salle 2 espace ZINSIUS
MEDITATION 25 € POUR 5 SEANCES Sous condition du nombre d'inscriptions	Lundi	17h00 / 18h00	Salle 2 espace ZINSIUS



● > LE CLUB

Le but de la GV de Saint Jean le Blanc est principalement l'entretien de son capital santé et la stimulation de la mémoire par une activité physique régulière de tout son corps et à son rythme, sans esprit de compétition. On oublie le "look" au profit d'une ambiance plus conviviale, plus attentive et plus complice où toutes les tranches d'âges sont représentées et parce que chacun de nos animateurs et animatrices sont formés pour être attentifs aux autres.

● > NOS LIEUX DE PRATIQUE

- Gymnase de l'Armandière : 184 route de Sandillon
- Salle multi-activités / Salle de danses : rue Creuse
- Bassin d'apprentissage : rue Creuse
- Gymnase Travers (salles Saphir et Émeraude)
rue Gaucher de Rochefort
- Salle 2 espace Zinsius place de l'église

DATES DES PERMANENCES

(salle 2 Espace ZINSIUS – derrière la mairie – place de l'église)

Mardi 18 août de 10h00 à 12h00

Jeudi 20 août de 17h00 à 19h00

Mercredi 26 août de 10h00 à 12h00

Vendredi 28 août de 17h00 à 19h00

● > NOUS CONTACTER

Gymnastique Volontaire (GV)

Mairie – Place de l'Église

45650 Saint Jean le Blanc

Tél : 06.72.01.31.80 du lundi au vendredi de 10h à 15h h
vacances scolaires

Mail : contactgvsaintjeanleblanc@gmail.com

