



GYM V SPORT SANTE
GYM/GYM'APRES/PILATES/MARCHE NORDIQUE

Saison 2024-2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
10-11h GAC* Draguignan (MSJ)	10h-11h GAC* Marche Nordique Adaptée	9h-10h MAC* 10h15-11h15 MAC ADAPTEE St Aygulf	10h30-11h30 GAC* Draguignan (MSJ)	9-11h MARCHE NORDIQUE 8-10 KMS Les Arcs
11h15-12h15 PTH/SSO* Draguignan (MSJ)	12H30-13h30 PILATES SEE*	14h-15h PILATES MATWORK 1 Les Arcs (MORARD)	14h-16h MARCHE NORDIQUE 6-8 KMS Les Arcs	
18h45-19h45 PILATES MATWORK 1 Les Arcs (MORARD)	GAC : Gym' Après Cancer SEE : Sport En Entreprise	MAC : Marche Aquatique Côtière	PTH/SSO : Pilates post thérapie Sport s/Ordonnance	

- Gym V Sport Santé est autorisé à utiliser les photos et vidéos vous représentant lors de séances ou d'activités extérieures (sorties, repas...)
- Les cours sont interrompus lors des vacances scolaires
- Les intervenants et les lieux peuvent être modifiés suivant les contraintes de disponibilités de la salle, des animateurs et du nombre de participants. Dans la mesure du possible, les horaires resteront les mêmes.
- Aucun remboursement ne sera effectué au cours de l'année (excepté en cas de maladie, de grossesse **contre indiquant la pratique** et sur présentation d'un certificat médical).
- Les carnets de tickets ne seront valables que sur la saison sportive en cours
- Une participation financière par participant de 2 euros sera demandée pour tout covoiturage
- Toute personne, adulte ou enfant, non licenciée à Gym V Sport Santé, ne peut assister à un cours sans une autorisation préalable du bureau (1 séance d'essai maximum).
- Les licenciés ne sont admis qu'à partir de 18 ans
- La tenue et les chaussures doivent correspondre à l'activité pratiquée, suivant les recommandations des animateurs. Les chaussures doivent être propres et sèches.
- Port obligatoire de la chasuble jaune pour la MAC (offerte par le club)
- Par mesure d'hygiène, un tapis de sol et une serviette sont obligatoires
- Une bouteille d'eau est obligatoire pour l'ensemble des activités physiques et sportives
- Il est impératif de respecter les horaires d'arrivée aux cours
- Les changements seront communiqués par SMS ou par mail
- **Contact bureau et correspondante : Marlène Kopec 06.83.00.94.73**
- **Courriel : freddy78k@yahoo.fr - Page Facebook : Gvss Marlène**