



ACTIVITES ADOS /ADULTES SAISON 2025/2026

ACTIVITE	JOUR	horaire de début	horaire de fin	SALLE
CIRCUIT GYM	LUNDI	9H30	10H30	salle de Danse
PILATES	LUNDI	10H30	11H30	salle de Danse
RENFO MUSCULAIRE DYNAMIQUE	LUNDI	18H00	19H00	salle de Danse
PILATES	LUNDI	19H00	20H00	salle de Danse
STEP SENIORS	MARDI	10H45	11H45	salle de Danse
STRETCHING	MERCREDI *	18H00	19H00	Salle du Haut
PILATES	MERCREDI *	19H00	20H00	Salle du Haut
PILATES	JEUDI	9H30	10H30	salle de Danse
RENFO. MUSCULAIRE	JEUDI	10H30	11H30	salle de Danse
PILATES	JEUDI	18h00	19h00	salle de Danse
AERO SENIOR	VENDREDI	9H30	10H30	salle de Danse
STRETCHING	VENDREDI	10H30	11H30	salle de Danse

* nombre de places limitées

Ecole Gymnique de Jassans

70 rue de la Saône 01480 Jassans Riottier

www.gymjassans.com

09 51 03 88 75 / 06 70 64 29 51