

**LA SEREINE DE SAINT-ANDRE DE CORCY**  
**Année 2020-2021**

**GYM FORME LOISIRS ADULTES ( G F L )**

**Cotisation annuelle : 195 €**

**pour un accès illimité à tous les cours GFL Adultes (licence/assurance comprise)**

**- habitants de Saint André de Corcy: -10 euros**

**-Adhérents année 2019/2020: -30 euros**

**Cours au gymnase 795, rue de l'Industrie**

**LUNDI**

**GYM TONIC MIDI** 12 H 15 à 13 H 00

**CIRCUIT TRAINING** 19 H 15 à 20 H 15

**MARDI**

**GYM-DOUCE** 10 H 00 à 11 H 00

**BODY SCULPT** 18 H 45 à 19 H 45

**MERCREDI**

**STEP** 19 H 30 à 20 H 30

**JEUDI**

**GYM TONIC MIDI** 12 H 15 à 13 H 00

**STRETCHING / RENFORCEMENT MUSCULAIRE** 19 H 30 à 20 H 30

**VENDREDI**

**DANSE MODERN'JAZZ ADOS/ADULTES** 19 H 30 à 20 H 45

**ESPACE MUSCUL LIBRE ACCES**

**LUN/MA/MER/JEU/VEN** 18 H 30 à 20 H 00

**SAMEDI** 10 H 00 à 12 H 00

**CONTACT**

Espace sportif de la Sure, 795 rue de l'Industrie

[sereine.standre@wanadoo.fr](mailto:sereine.standre@wanadoo.fr)

Site internet : [www.gym-sereine.fr](http://www.gym-sereine.fr)

