

Jour	Horaires	Activité	Animateur
Lundi	▪ 9h00 – 10h00	Gym Douce	Marie-Lucie
Mardi	▪ 10h30 – 11h30 ▪ 19h30 – 20h30	Gym Tonique Cardio	Marie-Lucie Valérie D.
Vendredi	▪ 10h30 – 11h30	Gym Douce	Grégory
Samedi	▪ 10h30 – 11h30	Danse en ligne	Valérie L.



SAISON 2026 - 2027

1

Jour	Horaires	Activité	Animateur
Lundi	▪ 19h00 – 20h30	Fit-Ball®	Valérie D.
Mardi	▪ 9h00 – 10h00 ▪ 19h30 – 20h30 ▪ 20h30 – 22h00	Gym Tonique Circuit Training® Renforcement Musculaire	Marie-Lucie Marie-Lucie Grégory
Mercredi	▪ 14h00 – 15h00 ▪ 15h00 – 16h00	Renfo Sénior Stretching	Sophie Sophie
Jeudi	▪ 19h30 – 21h00	Gym Tonique LIA®, STEP®	Véronique
Vendredi	▪ 9h00 – 10h00 ▪ 19h00 – 20h00	Gym Tonique Body-Sculpt	Valérie D. Marie-Lucie
Samedi	▪ 13h30 – 15h00	Cardio	Valérie D.



SAISON 2026 - 2027

2

Tarifs 2026-2027	Adultes	Jeunes*
Villemomblois	235,00 euros	196,00 euros
Non villemomblois	250,00 euros	206,00 euros

NOUVEAU

* De 16 à 24 ans inclus au 31/12/2026 ;
bénéficiez de 20% de réduction sur votre
adhésion (hors licence)