



COMA GYM DE MAINTIEN

CONTACTS :

COLETTE : 06 60 50 87 58

ANNE : 06 81 75 09 03

Adresse mail :

coma.gym-maintien@outlook.fr

Cotisation annuelle de base : 160 €

Forfait gym + pilates ou respir'abdos : 190 €

Forfait gym + pilates + respir'abdos : 220 €

Réduction si 2 personnes vivant sous le même toit

Réduction si vous parrainez une personne



Avec le soutien de la ville d'Argenteuil

**DU LUNDI AU
SAMEDI**

**ENEZ DECOUVRIR
DANS DIFFERENTS
LIEUX SUR LA
VILLE
D'ARGENTEUIL
NOS COURS DE
GYM,
RENFORCEMENT
MUSCULAIRE,
PILATES,
STRETCHING,
MEMORISATION,
ETIREMENT**

NOM DU GYMNASE	ANIMATEUR	JOUR	HORAIRE	TYPE DE SPORT
SALLE ST JUST Place St Just Val Nord	Patou	lundi	13h30-14h30	gym de maintien
	Martine	vendredi	13h30-14h30	gym de maintien
GYMNASE Joliot Curie Quartier Orgemont Rue de Maully	Angéline	lundi	19h00-20h00	gym tonic
	Martine	samedi	10h00-11h00	gym tonic
GYMNASE Jean Guimier Val Sud 2 rue Jean de La Fontaine	Colette	mardi	20h00-21h00	gym form
	Angéline	jeudi	20h00-21h00	gym tonic
MAISON DES SPORTS Marcel Cerdan Centre ville Boulevard Héloïse	Patou	lundi	10h00-11h00	stretching
	Martine	lundi	14h00-15h00	gym tonic
	Véronique	mardi	9h30-11h00	respir'abdos (reprise le 24/09/2024)
	Véronique	mardi	11h10-12h10	gym seniors (reprise le 24/09/2024)
	Patou	mardi	14h00-15h00	gym tonic
	Patou	jeudi	10h30-11h30	pilates
	Véronique	jeudi	14h20-15h20	gym seniors (reprise le 26/09/2024)
GYMNASE Paul Vaillant- Couturier Centre ville Impasse Grégoire Collas	Cécile	lundi	19h00-20h30	Renforcement, musculaire étirement