

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE animée par Mireille PLAINARD

Salle du Vieux Colombier - Chantereine

HORAIRES :

Mardi de 18h45 à 19h45 : Gymnastique Douce et Pilates

Jeudi de 10h30 à 11h30 : Gymnastique d'entretien

Jeudi de 18h45 à 19h45 : Renforcement Musculaire Dynamique

Cours d'essai
gratuit à la
rentrée 2026
dès le mardi 8
septembre



Inscriptions et
renseignements
auprès de
Françoise
GLENISSON au
06.42.57.36.92

Tarifs 2026 - 2027

Valable de Septembre 2026 à Juin 2027

Forfait 1 cours par
semaine : **95 €/an**
Licence/Assurance
comprises

Forfait 2 cours par
semaine : **155€/an**
Licence/Assurance
comprises

ADHESION ADQC
2027 : **15€** par
année civile
A régler à part



Siège Social : Maison chacun son toit - Place des Fêtes - 25 avenue Pierre CURIE 77500 Chelles Chantereine
Association loi 1901 : N° W771002115 sous-préfecture de Meaux



www.adqc.fr



adqc.77@gmail.com



06.66.17.51.72