

PARENTS ENFANTS 120.- /an

De 3 à 4 ans

Lundi 16h15 - 17h 00 à Bresse

Carole DESSIMOZ 079 391 40 77

dès le 28 août 2023

PETITS GYMNASTES 120.- /an

1H - 2H

Ce cours offre à l'enfant la possibilité d'évoluer au sein d'un groupe, d'en respecter les règles tout en développant ses capacités motrices d'une façon ludique. Notre objectif est de bouger tout en s'amusant.

Lundi 17h15 - 18h15 à Bresse

Carole DESSIMOZ

Nadia BOGO 079 644 15 12

dès le 28 août 2023



HIT JEUNESSE Danse et jeux 120.- /an

Cours basé sur le jeu pour bouger tout en s'amusant.

3H - 5H

Vendredi 17h30 - 18h30 à Bresse

Dana FOURNIER 079 786 65 14

dès le 1er septembre 2023

Dès 6H

Vendredi 18h30 - 19h30 à Bresse

Dana FOURNIER 079 786 65 14

dès le 1er septembre 2023

GYM FIT 150.- /an

Bodysculpt - Hiit

Renforce les muscles et maintient le corps en bonne santé

LUNDI 20h - 21h aux Plantys

Véronique BONVIN 079 366 38 69

dès le 4 septembre 2023

GYM POUR TOUS 55+ 150.- /an

Mémoire, équilibre et souplesse

Les exercices pour le cerveau sont aussi importants que les exercices que l'on fait pour garder son corps physique en santé. En vieillissant, il est important d'être alerte et vif mentalement. Le dicton dit : non utilisé on le perd » et c'est valable pour le cerveau.

Mercredi 13h30 - 14h30 aux Plantys

Oliva REUSE 077 454 93 64

Nadia BOGO 079 644 15 12

dès le 6 septembre 2023

RYTHM N'GYM RENFORCEMENT 150.- /an

Méthode complète alliant cardio, renforcement et souplesse

Mercredi 20h - 21h aux Plantys

Maryline GSPONER 079 284 48 77

dès le 6 septembre 2023

MÉTHODE PILATES 150.- /an

Améliore la souplesse, le tonus musculaire et la posture.

Jeudi 20h10 - 21h10 aux Plantys

Alice BAILLIF 079 836 92 59

dès le 7 septembre 2023

VOLLEYBALL DÉTENTE 150.- /an

Ce cours permet d'améliorer la technique du volleyball tout en passant une soirée sportive dans une ambiance sympathique.

Jeudi 20h - 22h aux Plantys

Martino PALAZZO 079 628 65 65

dès le 7 septembre 2023

PRÉSIDENTE
Véronique BONVIN

presidence@gymvetroz.ch
079 366 38 69

SECRETARIAT
Joëlle JACQUEMET

info@gymvetroz.ch

COMPTABILITÉ
Alexandra DAYER

sixt1981@gmail.com
078 622 84 99

TECHNIQUE & MATÉRIEL
Carole DESSIMOZ

info@gymvetroz.ch
079 391 40 77

RESP. MONITRICES TESTS
Manuella ROCH

manu.roch@bluewin.ch
079 128 83 26

MEMBRE ACTIF
Nadia BOGO

nadjb78@gmail.com
079 644 15 12

AGENDA

01.06.2024 Championnat Valaisan, Bresse

02.06.2024 50 ans de la VAG, Bresse

INSCRIPTION EN LIGNE

Forfait 2 cours (adultes) :
Fr. 50.- à déduire sur le 2^e cours

RETROUVEZ-NOUS SUR
WWW.GYMVETROZ.CH

