



Gymnastique Volontaire  
VEZIN LE COQUET



REJOIGNEZ  
NOUS !



Association de  
Gymnastique  
Volontaire de VEZIN LE  
COQUET



Ensemble  
en forme !

## •> LE CLUB

Le club est de nature à assurer les liens sport-santé et social. Au masculin comme au féminin, vous pouvez pratiquer une saine activité physique avec des éducateurs diplômés dans une ambiance sympathique.

## •> LES ACTIVITES PROPOSÉES

Renforcement le lundi avec Romain de 20h30 à 21h30  
Gym forme le mardi avec Romain de 9h00 à 10h00  
Gym douce le mardi avec Bénédicte de 10h45 à 11h45  
Stretching le mercredi avec Bénédicte de 18h00 à 19h00  
Pilates le mercredi avec Lise-Marie de 19h00 à 20h00  
Gym forme le jeudi avec Bénédicte de 9h30 à 10h30  
Cardio-training le jeudi avec Maxime de 19h00 à 20h00 (à confirmer)

## •> SALLE DES FETES DE VEZIN LE COQUET

Les cours sont dispensés selon le calendrier scolaire et durent une heure.

Port de chaussures de salle obligatoire pendant les séances.  
Prévoir également une serviette et une bouteille d'eau.

## •> NOUS CONTACTER

Association de Gymnastique Volontaire  
8 rue de Rennes - BP 5  
35746 VEZIN LE COQUET  
0699385906  
secretaire022@epgv35.fr  
<https://sites.google.com/view/gv-vezin-le-coquet/accueil>



Ne pas jeter sur la voie publique.

46-48 rue de Lagny • 93100 MONTREUIL  
contact@ffepgv.fr • vitafede.ffepgv.fr

