

CLUB

AEROBIC

Puy-Guillaume  
& Paslières

SAISON  
2024-2025

Reprise  
des cours

Lundi  
9 Septembre



## FITNESS-STEP

LUNDI

De 18h15 à 19h45  
au Gymnase  
F. Mitterand  
de Puy-Guillaume

MERCREDI

De 18h15 à 19h45  
à la Salle des Fêtes  
de PASLIÈRES  
*Animation Olga BENOIT*



## QI GONG

LUNDI

De 14h30 à 16h  
à la Salle des Fêtes  
de PASLIÈRES

JEUDI

De 9h30 à 11h  
à la Salle des fêtes  
de Paslières  
*Animation Laetitia Texier*



## GYM DOUCE

LUNDI

De 17h à 18h  
au Gymnase  
F. Mitterand  
de Puy-Guillaume

MERCREDI


De 9h30 à 10h30  
à la Salle des Fêtes  
de PASLIÈRES  
*Animation Olga*



## **PILATES**

**JEUDI**

**2 séances de 17h à 18h  
et de 18h à 19h  
au Gymnase Marcel Robin  
de Puy-Guillaume**  
*Animation Olga BENOIT*



## **CARDIO DANCE**

**JEUDI**

**De 19h à 20h  
au Gymnase Marcel Robin  
de Puy-Guillaume**

# INSCRIPTIONS

SAMEDI 7 SEPTEMBRE

De 9h à 12h30

Au Forum des Associations,  
parc paysager de PUY-GUILLAUME  
(ou en cas de pluie, à la salle des  
fêtes de PUY-GUILLAUME )

---

Martine Desjardins - 06.50.59.85.31  
Monique Charret - 07 87 24 79 28  
Mail : [aerobic.pgp@gmail.com](mailto:aerobic.pgp@gmail.com)

# CLUB AEROBIC

Puy-Guillaume & Paslières



## CARDIO DANCE

PUY-GUILLAUME - GYMNASSE MARCEL ROBIN

LES JEUDIS DE 19 À 20H

ADULTE - ADO

Martine Desjardins 06 50 59 85 31 - Monique Charret 07 87 24 79 28  
Mail : [aerobic.pgp@gmail.com](mailto:aerobic.pgp@gmail.com)