



La licence de **31,00 euros** avec assurance FFEPGV. et la cotisation à l'association GV crolles de **11,00 euros** sont obligatoires pour la saison.

Soit un montant de **42,00 euros** à rajouter au prix des cours.

| Num | Activité        | Cours                             | Programmation                | Lieu : CROLLES              | Tarif € | Capacité max | Animateur(s)                  |
|-----|-----------------|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------|---------|--------------|-------------------------------|
| 111 | Gym en salle    | Gym soutenue                      | Le lundi de 08:30 à 09:30    | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | CAMILLIERI Fabrice            |
| 112 | Gym en salle    | Gym soutenue                      | Le lundi de 09:45 à 10:45    | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | CAMILLIERI Fabrice            |
| 113 | Gym en salle    | Etirements                        | Le lundi de 11:00 à 12:00    | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 121 | Gym en salle    | Gym modérée (sans cardio)         | Le mardi de 08:45 à 09:45    | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | GRACA Evelynne                |
| 122 | Gym en salle    | Gym modérée (sans cardio)         | Le mardi de 10:30 à 11:30    | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 132 | Gym en salle    | Gym tonique                       | Le mercredi de 20:30 à 21:45 | Léo Lagrange salle de danse | 110     | 25           | POIZAT Nelson                 |
| 141 | Gym en salle    | Gym modérée (sans cardio)         | Le jeudi de 08:45 à 09:45    | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | GRACA Evelynne                |
| 151 | Gym en salle    | Gym tonique                       | Le vendredi de 08:30 à 09:30 | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 152 | Gym en salle    | Gym modérée suivie d'etirements   | Le vendredi de 10:00 à 11:15 | Léo Lagrange salle de danse | 110     | 25           | POIZAT Nelson                 |
| 153 | Gym en salle    | Etirements                        | Le vendredi de 12:00 à 13:00 | Léo Lagrange salle dojo     | 87      | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 154 | Gym en salle    | Methode Feldenkrais               | Le vendredi de 16:00 à 17:00 | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | REGENNASS Helene              |
| 155 | Gym en salle    | Body Zen                          | Le vendredi de 18:20 à 19:20 | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | REGENNASS Helene              |
| 156 | Gym en salle    | Gym dansée                        | Le vendredi de 19:30 à 20:30 | Léo Lagrange salle de danse | 87      | 25           | BUNFORD Orsolya               |
| 222 | Marche active   | Marche active                     | Le mardi de 18:45 à 19:45    | Rdv parking Paul Jargot     | 87      | 25           | Recherche active              |
| 241 | Marche active   | Marche active                     | Le jeudi de 10:30 à 11:30    | 1er Rdv parking Paul Jargot | 87      | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 242 | Marche active   | Marche active                     | Le jeudi de 19:15 à 20:15    | Rdv parking Paul Jargot     | 87      | 25           | Recherche active              |
| 321 | Marche nordique | Marche nordique                   | Le mardi de 08:40 à 10:10    | 1er Rdv parking Paul Jargot | 131     | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 322 | Marche nordique | Marche nordique                   | Le mardi de 16:30 à 18:00    | 1er Rdv parking Paul Jargot | 131     | 25           | DESCHAMPS Diane               |
| 414 | Pilates         | Pilates confirmé                  | Le lundi de 12:15 à 13:15    | Léo Lagrange salle de danse | 131     | 18           | DESCHAMPS Diane               |
| 423 | Pilates         | Pilates débutant                  | Le mardi de 15:45 à 16:45    | Léo Lagrange salle de danse | 131     | 18           | BUNFORD Orsolya               |
| 424 | Pilates         | Pilates confirmé                  | Le mardi de 17:00 à 18:00    | Léo Lagrange salle de danse | 131     | 18           | BUNFORD Orsolya               |
| 431 | Pilates         | Pilates intermédiaire et confirmé | Le mercredi de 12:15 à 13:15 | Léo Lagrange salle de danse | 131     | 18           | BUNFORD Orsolya               |
| 442 | Pilates         | Pilates débutant et intermédiaire | Le jeudi de 12:15 à 13:15    | Léo Lagrange salle dojo     | 131     | 18           | DESCHAMPS Diane               |
| 454 | Pilates         | Pilates débutant et intermédiaire | Le vendredi de 17:10 à 18:10 | Léo Lagrange salle de danse | 131     | 18           | REGENNASS Helene              |
| 521 | Natation        | Natation douce et entretien       | Le mardi de 08:15 à 09:15    | Centre nautique             | 220     | 25           | DECROO Didier<br>PENT Lionel  |
| 551 | Natation        | Natation niveau moyen/fort        | Le vendredi de 15:45 à 16:45 | Centre nautique             | 220     | 50           | DECROO Didier<br>RESTA Alison |
| 641 | Montagne        | Randonnée montagne                | Le jeudi de 08:00 à 18:00    | Rdv parking Léo Lagrange    | 48      | 160          | ABRs                          |
| 642 | Montagne        | Raquettes                         | Le jeudi de 08:00 à 18:00    | Rdv parking Léo Lagrange    | 25      | 80           | ABRs                          |
| 643 | Montagne        | Ski de fond                       | Le jeudi de 10:00 à 18:00    | Rdv parking Léo Lagrange    | 25      | 12           | ABRs                          |