

Saison 2025 / 2026

INSCRIPTION EN ENVOYANT VOTRE ADRESSE MAIL A : gymclubsoral@gmail.com

Pilates COMPLET ✓	Lundi matin	7h45-8h45	Joséphine
Cours gym douce	Lundi après-midi	14h-15h	Marina
CAF (CUISSSES-ABDOS-FESSIERS) COMPLET ✓	Lundi soir	19h-20h	Djahida
STEP	Lundi soir	20h-21h	Djahida
Pilates COMPLET ✓	Mercredi matin	8h-9h	Joséphine
Pilates COMPLET ✓	Mercredi matin	9h-10h	Joséphine
Stretching et Renforcement du dos	Mercredi soir	18h45-19h45	Nathalie
Cours gym douce	Jeudi matin	10h-11h	Marina
CAF (CUISSSES-ABDOS-FESSIERS)	Jeudi soir	19h-20h	Djahida
CAF (CUISSSES-ABDOS-FESSIERS)	Jeudi soir	20h-21h	Djahida
TBC (TOTAL BODY CARDIO)	Dimanche matin	9h30-10h30	Alternance Djahida - Nathalie

Lieu des cours : Ecole de Soral, salle de rythmique

Inscriptions : Dès le 1 août 2025, **paiement jusqu'au 15 septembre 2025**

Prix :
 Pour un cours : CHF. 200.-, dès le 2^{ème} cours CHF. 150.-
 Jeunes et étudiant(e)s : CHF. 150.-, dès le 2^{ème} cours CHF. 100.-
 Les cours sont forfaitaires, non remboursables et non interchangeable

Deux cours à l'essai

Renseignements : Joséphine Alvarez, responsable monitrices et cours - Tél. 079 758 89 12

DATES A RETENIR POUR 2025-2026 :

44^{ème} ASSEMBLEE GENERALE : 11 novembre 2025

SORTIE MARCHE : A définir

FIN DES COURS : Semaine du 15 juin 2026