



Reprise le
11/09/2023

L'AGV Vallet :

Le sport pour **TOUT NIVEAU** et **TOUT AGE** (à partir de 16 ans)

De la GYM DOUCE au CROSS TRAINING



une **Cotisation AGV = Accès à tous les cours en salle**



L'AGV VALLET, un label Qualité Club Sport Santé,

Des **animateurs dynamiques**

Des **cours diversifiés** et adaptés

DU DÉBUTANT AU SPORTIF AGUERRI



**2 Séances d'essai
gratuites en Septembre !**



L'AGV propose aussi **des séances de Gym et Marche Adaptées**
pour découvrir les **bienfaits de l'activité physique.**

L'AGV, c'est une large diversité de cours en salle en semaine
et de la **MARCHE NORDIQUE** le samedi



Cours en salle ACCES ILLIMITE AUX COURS 130 €

**Reprise le
11/09/2023**

GYM ENERGY

Lundi	18h30 à 19h30	Salle BARCELONE
Mardi	9h00 à 10h00	Salle BARCELONE
Jeudi	9h00 à 10h15	Salle BARCELONE

CROSS-TRAINING SPORT SANTE

CARDIO!

Jeudi	19h00 à 20h00	Salle ATLANTA
-------	---------------	---------------

GYM SENIOR

Mardi	11h00 à 12h00	Salle BARCELONE
-------	---------------	-----------------

GYM DOUCE

Cours orienté PILATES adapté aux SENIORS

Vendredi	9h00 à 10h00	Salle BARCELONE
----------	--------------	-----------------

GYM ZEN

Lundi	19h30 à 20h30	Salle BARCELONE
Mardi	20h00 à 21h00	Salle BARCELONE

PILATES

Mardi	10h00 à 11h00	Salle BARCELONE
Mardi	19h00 à 20h00	Salle BARCELONE
Jeudi	18h00 à 19h00	Salle ATLANTA

Marche Nordique Sport Santé 130 €

27 séances le samedi :

Débutants de 9h00 à 10h30 (essai possible le 16/09 avec prêt de bâtons)

Confirmés de 10h30 à 12h00 (horaire unique 9h30-11h00 en cours d'année)

Séances APA et Sport sur ordonnance

(Pour le tarif, nous contacter. A titre indicatif, en 2022/23, le tarif était de 90 € / 1 cours et 150 € / 2 cours)

En extérieur le lundi de 17h30 à 18h30

Et en Salle Barcelone le mardi de 17h45 à 18h45

**POUR SE
DEPASSER!**

Nouveau

FORFAIT

Cours en
Salle
+ Marche
Nordique
= 220€