



# SPORT SANTE BIEN-ETRE GYMNASTIQUE DE PORCHEFONTAINE

## PLANNING 2025-2026, périodes scolaires

Séances au gymnase Fresnel, 63 rue Remont à Versailles

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8h45 - 9h45	<b>Richard</b> Gym entretien	<b>Simon</b> Cardio gym	<b>Simon</b> Gym tonic			
9h00 - 10h00					<b>Richard</b> Gym tonic	<b>Andréa</b> Gym tonic
9h45 - 10h45	<b>Richard</b> Gym sénior					
10h00 - 11h00	<b>Hicham</b> Remise en forme Sport santé	<b>Simon</b> Stretching	<b>Simon</b> Step Tous niveaux	<b>Adèle</b> Gym entretien	<b>Richard</b> Stretching	<b>Andréa</b> Stretching
		<b>Elodie</b> Gym entretien			<b>Hicham</b> Remise en forme Sport santé	
10h00 - 11h30				<b>Grégory</b> Marche nordique		
10h30 - 12h00		<b>Grégory</b> Marche nordique				
10h45 - 11h45	<b>Richard</b> Stretching					
11h00 - 12h00	<b>Isabelle</b> Renfort musculaire	<b>Elodie</b> Acti gym sénior		<b>Adèle</b> Acti gym sénior	<b>Richard</b> Gym entretien	<b>Andréa</b> Pilates débutant et intermédiaire
		<b>Simon</b> Pilates			<b>Hicham</b> Remise en forme Sport santé	
12h00 - 13h00					<b>Richard</b> Danse move	
12h15 - 13h15	<b>Isabelle</b> Body sculpt			<b>Isabelle</b> CTAF		
12h15 - 13h30			<b>Isabelle</b> Hatha yoga			
13h30- 14h30	<b>Isabelle</b> Pilates Débutant					

17h00 - 18h00				<b>Ina</b> Pilates
18h00 - 19h00				<b>Ina</b> Gym tonic
18h30 - 19h30		<b>Isabelle</b> Body sculpt		
19h00 - 20h00				<b>Ina</b> Port de bras
				<b>Adèle</b> Country Premiers pas
19h30 - 20h30	<b>Théo</b> Cardio training	<b>Isabelle</b> Pilates Débutant		
20h00 - 21h00				<b>Elodie</b> Country Débutant 1 an de pratique
				<b>Adèle</b> Country Novice 3 ans de pratique
20h30- 21h30	<b>Théo</b> Gym tonic	<b>Isabelle</b> Barre au sol Stretching		



### TARIFS POUR INSCRIPTION A PARTIR DU 15 MARS 2026

1 cours par semaine 81 € ; 2 cours 101 € ; 3 cours 121 € ; 4 cours 132 €, 5 cours 142 €

Majoration 15 € pour non Versaillais ; réduction 15 € par famille.

**INSCRIPTIONS EN LIGNE : [2sbe.comiti-sport.fr](http://2sbe.comiti-sport.fr) ; CONTACT : 06 18 73 22 68**

Label Sport Santé