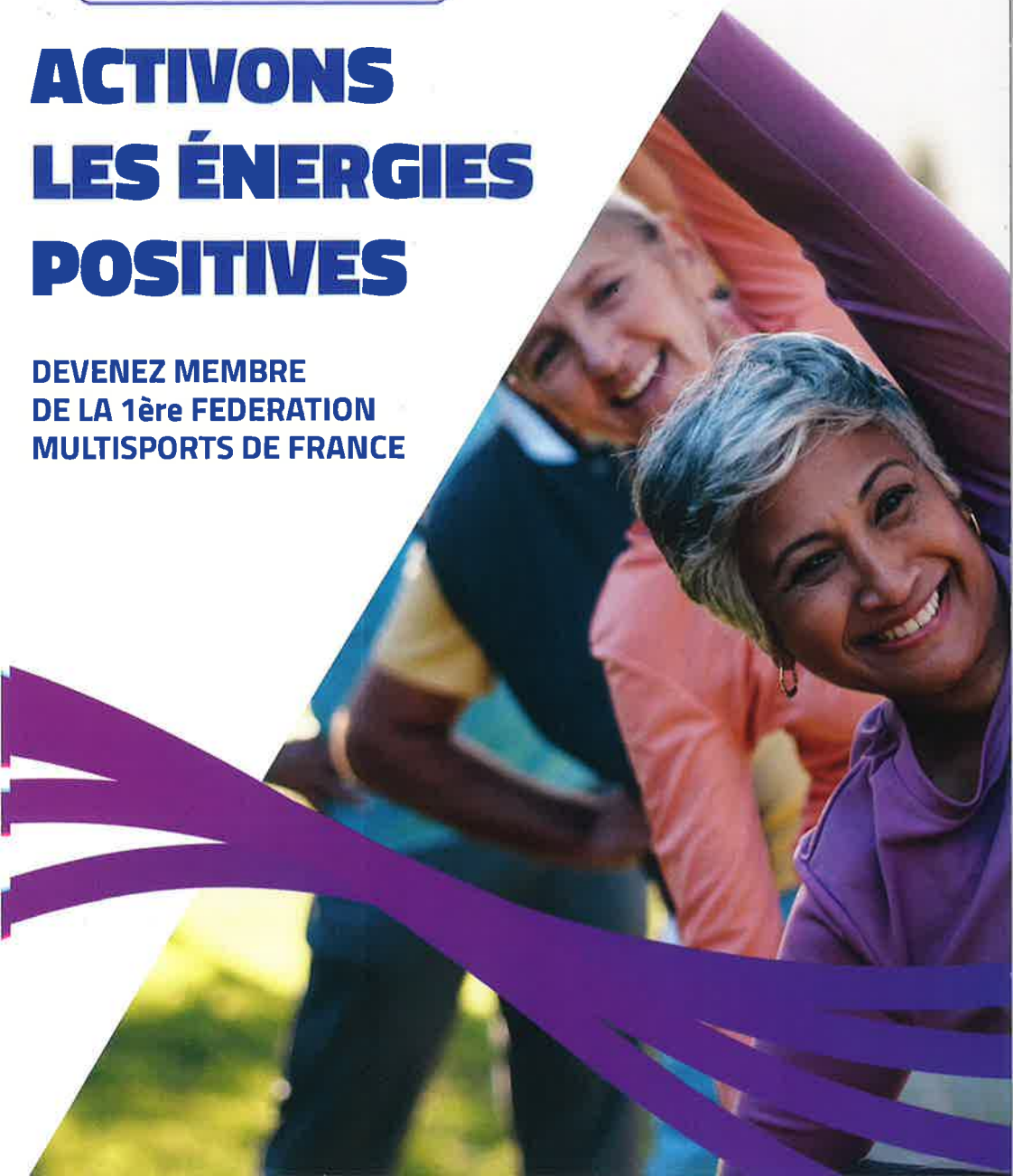




ACTIVONS LES ÉNERGIES POSITIVES

**DEVENEZ MEMBRE
DE LA 1ère FEDERATION
MULTISPORTS DE FRANCE**



GYM VOLONTAIRE PINSAGUEL ROQUETTES

JOURS	HORAIRES	ACTIVITE	LIEU
LUNDI	14H00 à 15h00	Gym d'entretien - CARINE	Salle des fêtes - PINSAGUEL
Mardi	9H00 à 10H00	Gym Douce - CYLIA	Salle de danse ROQUETTES
	10H00 à 11H00	Gym Douce	Salle de danse ROQUETTES
	18H15 à 19h15	Renf. Musculaire	Salle des fêtes - PINSAGUEL
	17h45 à 18h45	Pilates- stretching - CARINE	Salle de danse ROQUETTES
	18H45 à 19H45	Cardio - Fit - CARINE	Salle de danse ROQUETTES
	19h45 à 20h45	Pilates - CARINE	Salle de danse ROQUETTES
MERCREDI	18H15 à 19H15	Renf. Musculaire - FEKRET	Château 1er étage ROQUETTES
JEUDI	9H00 à 10H00	Gym Douce - CYLIA	Salle de danse ROQUETTES
	18H45 à 19H45	Gym Tonique - FEKRET	Château 1er étage ROQUETTES
	20H00 à 21H00	Gym Tonique -LIA - CYLIA	Château 1er étage ROQUETTES
VENDREDI	14H00 à 15h00	Gym d'entretien Kévin	DOJO - PINSAGUEL
	18H00à 19h00	Renf. Musculaire - CARINE	Château 1er étage ROQUETTES

Salle des fêtes Pinsaguel 1 Rue du ruisseau 31120 Pinsaguel (mairie)

Dojo Pinsaguel : rue de la république muscadelle Pinsaguel

Salle de danse (CDP) complexe sportif D. Prévost 31120 Roquettes (derrière Médiathèque et écoles)

Château Roquettes -centre commercial - château salle Aragon 1 er étage

**REPRISE DES COURS
LE 14/09/2026**

**NOUVEAUX ADHERENTS
2 SEANCES GRATUITES**

Contacts :
gv.lestemeraires@gmail.com
Rina : 06 31 61 97 74
Brigitte : 06 88 28 52 22