



## ACTIVITES GYMNQUES, DANSE, QI GONG

**PAS D'ACTIVITES pendant les vacances scolaires**  
**et les vendredis 2 mai - 9 mai et 30 mai 2025**  
**LA DATE DES DERNIERES SEANCES SERONT INDIQUEES ULTERIEUREMENT**

### **GYMNASE RESAL**

Parking 11 rue Pierre Sémard à Besançon

#### **MERCREDI**

**Gym active** : de 8h30 à 9h15

**Gym douce** : de 9h30 à 10h15

**Qi gong** : de 10h15 à 11h15

#### **VENDREDI**

**Danse** : de 8h45 à 9h45

**Gym active** : de 10h à 10h45

**Gym douce** : de 11h à 11h45

**Afin que les séances soient profitables et faciliter le rôle des animateurs, il est souhaité de la part de chaque participant (e) :**

**\* veiller à respecter vos choix individuels d'inscription de début de saison (mercredi ou vendredi : gym active, douce, danse, Qi Gong)**

**\* et d'avoir déjà pratiqué la gymnastique pour participer valablement aux séances de « gym active ».**

#### **Coordonnées des animateurs :**

**Claudine COQUILLARD** - 06 76 62 54 99 (gymnastique)

**Claude GONNOT** - 09 67 12 69 50 - 06 77 81 57 88 (gymnastique)

**Gilles MARCHAL** - 03 81 51 03 27 - 06 85 83 22 66 (gymnastique)

**Elisabeth CANO** - 06 77 37 46 95 (gymnastique) **en formation**

**Myriam COQUERAY** 06 75 27 28 31 (gymnastique) **en formation**

**Joël FAVROT** - 06 52 62 05 03 (gymnastique) **en formation**

**Jean SERIO** - 07 83 07 74 53 (danse)

**Catherine LACOUR** - 06 87 55 27 51 (danse) **en formation**

**Patrick PLESIAT** - 06 48 37 50 83 (Qi Gong)

**\*\*\***

**En cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...**  
**112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**