



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.