

## ACTIVITES SPORTIVES

Pour toutes les activités sportives :  
Certificat médical ou réponse au  
questionnaire de santé OBLIGATOIRE  
et apporter un tapis de sol personnel

### Reprise semaine du 25 septembre

(sauf marche dynamique)

Par Dorothée, Jeanne, Suzanne ou Zineb  
Réduction de 30€ pour la 2<sup>ème</sup> activité FFEPGV hors marche

#### Gymnastique Volontaire Matin

Renseignements : Michelle 06.28.16.02.30

Lundi 9h00 à 10h00 **Gymnase Maurice Baquet**  
Mardi 10h00 à 11h00 **Gymnase des Droits de l'Homme**  
Jeudi 10h00 à 11h00 **Gymnase Maurice Baquet**  
Vendredi 9h00 à 10h00 **Gymnase Maurice Baquet**

#### Gymnastique « Tendance » Midi

Renseignements : Michelle 06.28.16.02.30

Lundi 12h30 à 13h30 **Gymnase des Droits de l'Homme**  
Jeudi (pilates) 12h15 à 13h15 **Gymnase des Droits de l'Homme**

Guyancourt	90 € par an	Licence FFEPGV comprise
Hors Guyancourt	105 € par an	

#### Gymnastique Sénior

Renseignements : Michelle 06.28.16.02.30

Lundi 10h00 à 11h00 **Gymnase Maurice Baquet**  
Mardi 11h00 à 12h00 **Gymnase des Droits de l'Homme**  
Jeudi 11h00 à 12h00 **Gymnase Maurice Baquet**  
Vendredi 10h00 à 11h00 **Gymnase des Droits de l'Homme**

Guyancourt	100 € par an	Licence FFEPGV comprise
Hors Guyancourt	115 € par an	

#### Pilates sénior (adultes)

Par Jeanne

Renseignements : Michelle 06.28.16.02.30

Lundi 11h30 à 12h30 **Gymnase des Droits de l'Homme**

Guyancourt	110 € par an	Licence FFEPGV comprise
Hors Guyancourt	125 € par an	



#### Stretching Postural® (adultes)

Méthode Jean-Pierre Moreau

Par Aurélie

Renseignements : Michelle 06.28.16.02.30

Mercredi 9h45 à 10h45 **Gymnase Maurice Baquet**  
Mercredi 10h45 à 11h45 **Gymnase Maurice Baquet**

Guyancourt	110 € par an	Licence FFEPGV comprise
Hors Guyancourt	125 € par an	



#### Marche

Renseignements : Didier 06.38.02.31.56

**Marche dynamique** le jeudi de 13h00 à 17h00 environ

Reprise le jeudi 14 septembre à confirmer

Renseignements : Marie-Claude 06.83.53.82.13

**Marche semi-dynamique** un lundi sur deux de 13h00 à 16h00 environ  
Selon calendrier.

10 € par an + 2€ par marche pour le chauffeur (participation au covoiturage) Licence FFEPGV conseillée 30 € en supplément



#### Yoga (adultes)

Par Fabienne, Géraldine, Nathalie et Zineb

Renseignements : Réjane 07.81.62.76.81

Lundi 19h00 à 20h00 **Ecole Jean Mermoz**  
Lundi 20h00 à 21h00 **Ecole Jean Mermoz**  
Mardi 19h00 à 20h00 **Maison de Quartier Théodore Monod**  
Mardi 20h00 à 21h00 **Maison de Quartier Théodore Monod**  
Jeudi 09h00 à 10h00 **Gymnase Maurice Baquet**  
Jeudi 10h15 à 11h15 **Villa Jean Monnet**  
Jeudi 18h00 à 19h00 **Maison de Quartier Théodore Monod**

Guyancourt	135 € par an
Hors Guyancourt	150 € par an

## ACTIVITES MANUELLES

#### Arts du fil (tricot, crochet, broderie)

Renseignements : Ursula 01.30.43.25.10

Point Jeunes République

Jeudi 14h00 à 16h00 10 € par an

15 séances selon calendrier. Reprise le 5 octobre



#### Arts plastiques & bien-être

(adultes et adolescents de plus de 16 ans)

Par Marina

Renseignements : Anne 01.30.43.02.75

Maison de Quartier Joseph Kosma

Mercredi 19h00 à 22h00

Guyancourt	200 € par an
Hors Guyancourt	220 € par an

15 séances selon calendrier. Reprise le 18 octobre



#### Couture Ados (à partir de 12 ans)

Par Ségolène

Renseignements : Solange 06.81.40.85.27

Point Jeunes République

Mercredi 14h00 à 17h00

Guyancourt	90 € par an
Hors Guyancourt	105 € par an

15 séances selon calendrier. Reprise le 4 octobre



#### Couture création

Par Elisabeth (soir) et Ségolène (après-midi)

Renseignements : Solange 06.81.40.85.27

Point Jeunes République

Adultes	Mardi 13h30 à 16h30	Guyancourt	150 € par an
	Mardi 19h00 à 22h00	Hors Guyancourt	165 € par an

15 séances selon calendrier

Reprise le 26 sept journée gr1, le 3 oct journée gr2 et soir



#### Dessin et peinture

Par Karine

Renseignements : Dominique 06.30.10.16.90

Point Jeunes République

Adultes et ados	Lundi 19h00 à 21h30	Guyancourt	170 € par an
	Mercredi 9h30 à 12h00	Hors Guyancourt	185 € par an

15 séances selon calendrier

Reprise le 9 octobre (groupe du soir), le 11 octobre (groupe du matin)