

SAISON 2025/2026

DÉCOUVERTE

DÉCOUVERTE Fille 19

1h15

2019, Licenciée 2024/2025

Vendredi

17h15-18h30

Marine

DÉCOUVERTE Fille 18/19

1h15

2018 & 2019

Mercredi

13h45-15h15

Marine

DÉCOUVERTE Fille 18

1h15

2018, Licenciée 2024/2025

Lundi

17h45-19h00

Marine

DÉCOUVERTE Fille 17

1h15

2017, Licenciée 2024/2025

Mercredi

16h30-17h45

Marine

DÉCOUVERTE Fille 16/17

1h15

2016 & 2017

Mardi

17h45-19h00

Quentin

DÉCOUVERTE Fille 16

1h15

2016, Licenciée 2024/2025

Lundi

19h15-20h30

Marine

SAISON 2025/2026

DÉCOUVERTE

DÉCOUVERTE **Fille 14/15**

1h15**2014 & 2015****Mardi****19h15-20h30****Quentin**

DÉCOUVERTE **Fille 09 à 14**

1h15**2009 à 2014****Vendredi****19h45-21h00****Quentin**

DÉCOUVERTE **Garçons 15 à 19**

1h15**2015 à 2019****Mardi****18h00-19h15****Romain**

DÉCOUVERTE **Garçons 09 à 14**

1h15**2009 à 2014****Mardi****19h15-20h30****Romain**

DÉCOUVERTE **Adulte**

1h30**2008 & Av Mixte****Mercredi****19h00-20h30****Quentin**

SAISON 2025/2026

BB GYM & PP

BB GYM 2023

Mixte	Samedi	08h45-09h15	Quentin, Aurélien Marine & Éric
-------	--------	-------------	------------------------------------

BB GYM 2022

Mixte	Samedi	09h30-10h15	Quentin, Aurélien
Réservé			Marine & Éric
Nouveaux 2025/2026			

BB GYM 2021/2022

Mixte	Samedi	10h30-11h15	Quentin, Aurélien
Réservé			Marine & Éric
Nouveaux	2025/2026 Année 2021		
Licencié(e)s	2024/2025 Année 2022		

BB GYM 2021

Mixte	Samedi	11h30-12h15	Quentin, Aurélien
Réservé			Marine & Éric
Licencié(e)s	2024/2025		

AVENIR 1

Mixte 2020	Samedi	13h00-14h15	Quentin & Marine
------------	--------	-------------	------------------

AVENIR 2

Mixte 2020	Samedi	14h30-15h15	Quentin & Marine
------------	--------	-------------	------------------

FITNESS

Votre inscription à l'Olympique Gymnaste Club de Villepreux donne accès à l'ensemble des cours de la section Fitness assurés sur le rythme scolaire et débutent **le 8 septembre 2025:**

Lundi :**Espace Michel Petrucciani**

18h00 - 18h45
19h00 - 19h45
20h00 - 20h45

Gym Douce
Abdos / Fessiers
Hit Training

Patricia/Sabine
Patricia/Sabine
Patricia/Sabine

Mardi :**École Thomas Pesquet**

18h30 - 19h15

Gym Douce Posturale

Sabine

Mercredi :**École Thomas Pesquet**

18h30 - 19h15
19h30 - 20h15
20h30 - 21h15

Power-Yoga
Pilates* Niveau Confirmé
Power-Yoga

Bénédicte
Bénédicte
Bénédicte

Jeudi :**Salle de Danse Maison des Arts Jacques Gillet**

10h00 - 11h00

Power Yoga

Bénédicte

Jeudi :**École Thomas Pesquet**

18h30 - 19h15
19h30 - 20h15

Pilates
Cardio / Renfo

Patricia
Patricia

Vendredi :**Salle de Danse Maison des Arts Jacques Gillet**

09h15 - 10h00

Pilates

Patricia

Samedi :**Gymnase Jeu de Paume**

10h00 - 10h45
11h00 - 11h45
12h00 - 12h45

Gym Douce Posturale
Cardio Renfo Musculaire
Pilates Basic

Sabine
Sabine
Sabine

MARCHE NORDIQUE

Lundi: **Gymnase Mimoun (Départ parking)** **Bénédicte**
13h30 - 16h30 **Marche Nordique***
Activité en extérieur, départ co-voiturage

Mercredi : **Gymnase Mimoun (Départ parking)** **Patricia**
09h30 - 12h30 **Marche Nordique***
Activité en extérieur, départ co-voiturage

Le 27 septembre 2025 à 13h00, l'inscription est définitive,
Aucune annulation, aucun remboursement possibles.

Matériel et équipement en salle

Obligatoire : chaussures de sport propres.

Fortement conseillé : tapis de sol, serviette et bouteille d'eau.

***Matériel et équipement Spécifique**

PILATES: **LEADER FIT (Fournisseur conseillé)**

De Septembre à	Octobre	:	Pas de matériel
De Novembre à	Noël	:	RING
De Janvier à	Février	:	FIT BALL
De Mars à	Avril	:	FOAM ROLLER
De Mai à	Juin	:	Alternance des 3 matériels

MARCHE NORDIQUE : **GUIDETTI ou KV Plus (Fournisseur conseillé)**

De Septembre à	Décembre	:	Location de bâtons 3€ / séance
De Septembre à	Juin	:	Bâtons personnels

Informations, consulter régulièrement vos mails et le site

www.ogcv.com