



# Gymnastique



Jour	Horaire	Professeur	Responsable salle
<b>Centre sportif Buffault - 26 rue Buffault 75009 Paris - 6ème étage</b>			
Lundi	09h00 - 10h00	Daisy	Sophie / mahesophie@hotmail.fr
	10h00 - 11h00		Sophie / mahesophie@hotmail.fr
	17h30 - 18h30	Danielle*	Pascale 01 45 26 67 61 gp.magnin@free.fr
	18h30 - 19h30		
Mardi	09h15 - 10h15	Florence	Nicole / lemee.nicole75009@orange.fr
	10h15 - 11h15	Florence*	Nicole / lemee.nicole75009@orange.fr
	11h15 - 12h15	Delphine ( <b>stretching</b> )	Marie-Claire / claire_tallet@yahoo.fr
Jeudi	09h00 - 10h00	Florence	Sophie / mahesophie@hotmail.fr
Vendredi	14h00 - 15h00	Bertille	Annie / fournournoury@gmail.com
Samedi	09h15- 10h15	Florence	Annie / atetart@noos.fr
<b>Centre d'Animation de la Tour des Dames - 14-18 rue de la Tour des Dames 75009 Paris</b>			
Jeudi	19h00-19h45	Wilfried	Pascale 01 45 26 67 61 gp.magnin@free.fr
	19h45-20h30	Wilfried (stretching)	
<b>Gymnase Jean Dame - 21 rue Léopold Bellan 75002 Paris</b>			
Lundi	09h30 - 11h00	Florence*	Christine 06 61 18 58 85 adsf.c.lelage@gmail.com
Mardi	12h00 - 12h45	Bertille	Véronique / veronique.pajor@gmail.com
	12h45 - 13h30		
Vendredi	12h00 - 12h45 12h45 - 13h30		
<b>Espace 16** - 16 rue Roger Bacon 75017 Paris</b>			
Mardi	09h00 - 10h00 10h00 - 11h00	Danielle	Monique 06 07 69 54 85 / monica.scheer@yahoo.fr Sylvie / sylvie.kuhn@live.fr ch.pare@yahoo.fr
Jeudi		Caroline*	
Vendredi		Delphine ( <b>stretching</b> )	
<b>Gymnase Masseran - 6 rue Masseran 75007 Paris</b>			
Lundi	12h00 - 13h30	Daisy	Dominique 01 42 73 36 57 Monique 01 42 73 27 26 / jpm.devauw@wanadoo.fr
Mardi	12h30 - 13h30		
Mercredi	8h30 - 10h00		
Jeudi	12h30 - 13h30		

(\*) En remplacement temporaire d'Isabelle



## Gymnastique



### TARIFS

Gymnastique	200 €
Adhésion nouvel adhérent	35 €
Réduction pour les moins de 25 ans	- 20 %

(\*\*) Cotisation supplémentaire de 30€ pour l'Espace 16.

Un cours de gymnastique par semaine offert avec toute inscription.  
Pour un 3ème cours, il vous sera demandé 50€ supplémentaires.

**Les inscriptions se feront aux heures et lieux de cours.**

### A FOURNIR OBLIGATOIREMENT

- la fiche d'inscription ou de réinscription remplie et signée
  - le règlement rempli et signé (nouveaux adhérents)
  - 1 photo d'identité (ou votre carte d'adhérent)
- Votre adresse mail ou 2 enveloppes timbrées à vos nom et adresse.
  - 1 seul chèque à l'ordre de l'ADSF (adhésion et cotisation)

### IMPORTANT

- Aucune inscription ne sera acceptée sans dossier complet.
- Votre carte d'adhérent devra être posée près de votre tapis à chaque cours.
- Pour le bon déroulement des cours, merci d'arriver à l'heure, de signer la feuille de présence et d'éteindre vos téléphones portables.
  - Compte-tenu de la modicité de nos cotisations, les cours insuffisamment fréquentés pourront être supprimés.
- Nous dégageons notre responsabilité quant aux vols qui pourraient se produire pendant les cours.

Pour en savoir plus sur nos cours et nos professeurs : [www.adsf-paris.fr](http://www.adsf-paris.fr)