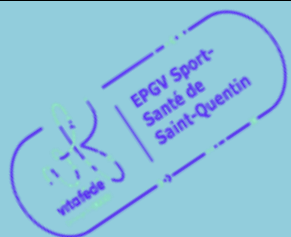


# Association E.P.G.V Sport Santé de Saint Quentin

Affiliée à la FFEPGV agréé par le Ministère de la Jeunesse et des Sports

Siège Social : 114 rue de Mulhouse 02100 Saint Quentin Tel : 03 23 64 47 15  
secretariat.epgv.sqt02@gmail.com site internet :gvstquentin.wordpress.com



**Gym Tendance**  
Energy Work Wellness

**Gym diversifiées**  
Fitness

Step

LIA/HIA

Cardio

Renforcement musculaire

Abdos Fit'Sticks

Gliding

Fit Ball

**Techniques douces**

Méthode Pilates

Body Zen

Gym douce

Bien être senior

Stretching Postural

**Marche Nordique Adaptée**

**Cours spécifique HOMMES**

**Nouveaux adhérents**  
**2 Séances d'essai**  
**Gratuites**

**Certificat médical**



**Questionnaire Santé**  
**Sport Obligatoire**

**Pas de cours pendant**  
**les vacances scolaires**



La **Carte de Membre** permet de participer à toutes les séances **sauf** pour le Stretching Postural et la Méthode Pilates réservés aux personnes spécifiquement inscrites à ces cours.

La licence est personnelle, non remboursable. L'assurance ne prend effet qu'au moment du règlement.

**Règlement** : A l'ordre de « EPGV SPORT-SANTE de SAINT-QUENTIN »

Acceptons chèques vacances, coupons sport **ANCV** (Ajoutez 2€ en chèque pour frais de dossier)

Participation employeurs-Paiement fractionné avant le 31/12

## Saison du 3 Septembre 2019 au 30 Juin 2020

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<b>Palais des sports</b> Entrée rue de Baudreuil	<b>Stretching Postural</b> 10h30-11h30 Joëlle  <b>15h-16h</b> Jennifer	<b>9h-10h</b> Mélanie	<b>Gym douce</b> 9h30-10h30 Joëlle  <b>Stretching Postural</b> 10h45-11h45 Joëlle	<b>9h-10h</b> Françoise  <b>12h20-13h20</b> Edith  <b>17h30-18h30</b> Julie	<b>9h-10h</b> Françoise  <b>Body Zen</b> <i>deuxième et dernier vendredi du mois</i>
<b>Salle Paringault</b> 19 rue Kennedy	<b>Gym Douc Bien être</b> 9h-10h Joëlle  <b>Senior actifs</b> 10h10-11h10 Françoise  <b>18h30-19h30*</b> Nathalie	<b>Tendance</b> 9h00-10h00 <b>Body Zen</b> <i>2<sup>e</sup> Mardi mois</i>  <b>Pilates</b> 18h-19h Hélène  <b>Hom Tonic</b> 19h15-20h15 Ludovic	<b>Tendance</b> 9h15-10h15 Françoise  <b>Pilates</b> 18h-19h 19h10-20h10 Françoise	<b>18h30-19h30</b> Marie	
<b>Faubourg d'Isle Mairie Annexe</b> 7 rue Cronstadt	<b>9h-10h</b> Marie <b>(!) Step</b> <i>1<sup>er</sup> Lundi du mois</i>				<b>10h-11h</b> Jennifer <b>(!) Step</b> <i>3<sup>ème</sup> Vendredi du mois</i>
<b>Rouvroy Gymnase</b> Av. Eric Jaulmes	<b>18h30-19h30</b> Jennifer		<b>18h30-19h30</b> Marie		
<b>Salle Clin</b> Rue Alfred Clin (Square)		<b>19h-20h</b> Marie <b>(!) Step</b> <i>4<sup>ème</sup> Mardi du mois</i>			
<b>Centre Social St Martin</b> Rue Jean Falloux	<b>Pilates</b> 9h-10h Hélène		<b>Gym diversifiées</b>	<b>Parc d'Isle Marche Nordique Adapté</b> Jeudi 10h30-11h30  Joëlle	