



# PLANNING DES ACTIVITÉS / Saison 2023-2024

## ENFANTS/ADOS

INSCRIPTIONS 



ACTIVITÉS ENFANTS/ADOS	JOURS & HEURES	LIEU	TARIF	CONTACT
<b>GYM COMPÉTITION</b>  • GAF COMPÉTITION 3h, 4h ou 6h • GAM COMPÉTITION 4h • GAF PERFORMANCE 7h	Les lundis, mercredis, jeudis et vendredis (selon le niveau : formagym, coupe du Rhône, fédéral B, A1, A et Performance). Niveau défini par l'entraîneur. Entre 17h et 21h (avec 2h30 maximum d'amplitude).	Halle des Sports Vivier Merle 91 bd Vivier Merle Lyon 3	3h : 250€/an 4h : 260 €/an 6h : 300 €/an 7h : 320 €/an	CLAIRE CHIGNOLI <a href="mailto:gymnastique.elandelyon@gmail.com">gymnastique.elandelyon@gmail.com</a>
<b>GYM LOISIR</b>  Apprentissage des fondamentaux de la gymnastique	Mercredi : • 13h30 à 14h30 : 6 à 9 ans • 14h30 à 15h30 : 10 à 15 ans	Halle des Sports Vivier Merle 91 bd Vivier Merle Lyon 3	220€/an	MARYSE MENU <a href="mailto:gymnastique.elandelyon@gmail.com">gymnastique.elandelyon@gmail.com</a>
<b>SOPHROLOGIE</b>	Mercredi : • 15h30 à 16h30 : 6 à 10 ans • 16h30 à 17h30 : 11 à 15 ans	Siège de l'Elan de Lyon 43 rue Léon Jouhaux Lyon 3	150€/trimestre	CAROLINE LAMY <a href="mailto:lamycaroline@hotmail.fr">lamycaroline@hotmail.fr</a>
<b>URBAN JUMP (Parkour)</b>	Mercredi : • 16h à 17h : 6 à 12 ans • 19h30 à 20h30 : 12 à 15 ans	Halle des Sports Vivier Merle 91 bd Vivier Merle Lyon 3	220€/an	MARYSE MENU <a href="mailto:gymnastique.elandelyon@gmail.com">gymnastique.elandelyon@gmail.com</a>



# PLANNING DES ACTIVITÉS / Saison 2023-2024

## ADULTES/SENIORS

INSCRIPTIONS 



ACTIVITÉS ADULTES/SENIORS		JOURS & HEURES	LIEU	TARIF	CONTACT
<b>GYM LOISIR</b> Entraînement en toute autonomie avec accès aux agrès		Lundi : 20h30 à 22h	Halle des Sports Vivier Merle 91 bd Vivier Merle - Lyon 3	230€/an	MARYSE MENU <a href="mailto:gymnastique.elandelyon@gmail.com">gymnastique.elandelyon@gmail.com</a>
<b>GYM LOISIR /TRAMPOLINE</b>		Mercredi : 20h30 à 22h	Halle des Sports Vivier Merle 91 bd Vivier Merle - Lyon 3	230€/an	MARYSE MENU <a href="mailto:gymnastique.elandelyon@gmail.com">gymnastique.elandelyon@gmail.com</a>
<b>GYM SENIOR</b>		Mardi : 9h30 à 10h30 ou 10h30 à 11h30	Siège de l'Elan de Lyon 43 rue Léon Jouhaux - Lyon 3	180€/an	PASCAL GARDON <a href="mailto:pascal.gardon@gmail.com">pascal.gardon@gmail.com</a>
<b>YOGA</b>		Mardi : 18h15 à 19h30 ou 19h45 à 21h Jeudi : 12h15 à 13h15	Siège de l'Elan de Lyon 43 rue Léon Jouhaux - Lyon 3	330€/an : séance du mardi 300€/an : séance du jeudi	SANDRINE DUTREUIL <a href="mailto:yoga.sd@etik.com">yoga.sd@etik.com</a>
<b>FITNESS</b> Accès aux séances de Pilates, CAF (Cuisses Abdos Fessiers) et Cardio Combat	<b>PILATES</b>	Mardi : 20h à 21h	Gymnase Mazenod 238 Rue Duguesclin - Lyon 3	230€/an Accès aux séances de Pilates, CAF et Cardio Combat	PASCAL GARDON <a href="mailto:pascal.gardon@gmail.com">pascal.gardon@gmail.com</a>
	<b>CAF</b>	Mardi : 12h à 13h Jeudi : 12h à 13h	Halle des Sports Vivier Merle 91 bd Vivier Merle - Lyon 3		
		Mardi : 19h à 20h Jeudi : 18h15 à 19h	Gymnase Mazenod 238 Rue Duguesclin - Lyon 3		
	<b>CARDIO COMBAT</b>	Jeudi : 19h à 19h45	Gymnase Mazenod 238 Rue Duguesclin - Lyon 3		
<b>SOPHROLOGIE</b>		Mercredi : 12h30 à 13h30 ou 18h15 à 19h15	Siège de l'Elan de Lyon 43 rue Léon Jouhaux - Lyon 3	150€/trimestre	CAROLINE LAMY <a href="mailto:lamycaroline@hotmail.fr">lamycaroline@hotmail.fr</a>
<b>BOULE LYONNAISE</b> Entraînement libre		Mardi et mercredi à partir de 15h	Clos de boule 2 rue du Lac - Lyon 3	1 licence FSCF : 75 € 1 licence FFB : 105 € les 2 licences : 125 €	SERGE GROSLEVIN <a href="mailto:serge.groslevin@orange.fr">serge.groslevin@orange.fr</a>