



GYMNASTIQUE EN SALLE : Début des cours le 7 septembre 2026

Renseignements : Nicole GRANDPIERRE 06 74 78 43 32
Marie CHAZAL 06 18 36 32 17

LUNDI -Renfo Musculaire-	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	10H5-11H15
LUNDI -Renfo Musculaire-	Gymnase Soleillant MONTBRISON	18H30-19h30
NEW LUNDI -Gym sur Chaise- (Effectif limité à 25)	Salle M. Duroure MONTBRISON	11H-12H
MARDI -Step-	Salle M. Duroure MONTBRISON	9H-10H
MARDI -Renfo Musculaire-	Salle M. Duroure MONTBRISON	10H-11H
MARDI -Gym douce-*	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	9H-10H*
MARDI -Gym douce-*	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	10H-11H
MARDI -Renfo Musculaire-	Gymnase Soleillant MONTBRISON	18H-19H
MARDI -Renfo Musculaire-	Salle des Fêtes LEZIGNEUX	19H-20H
MERCREDI -Gym douce-*	Espace des Associations Salle de karaté MONTBRISON	9H-10H
MERCREDI -Gym douce-*	Espace des Associations Salle de karaté MONTBRISON	10H-11H
MERCREDI -Renfo Musculaire-	Gymnase Dubruc MONTBRISON	17H30-18H30
JEUDI -Renfo Musculaire-	Salle M. Duroure MONTBRISON	9H-10H
JEUDI -Body Zen-	Salle M. Duroure MONTBRISON	10H-11H
JEUDI -Gym sur Chaise- (Effectif limité à 25)	Salle M. Duroure MONTBRISON	15H-16H
JEUDI-Cardio Dance-	Gymnase Soleillant MONTBRISON	19H30-20H30
VENDREDI -Renfo Musculaire-	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	8H45-9H30
VENDREDI-Stretching-*	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	9H30-10H15
VENDREDI -Renfo Musculaire-	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	10H15-11H
VENDREDI-Stretching-*	Salle Polyvalente SAVIGNEUX	11H-11h45

* Ces 2 cours ne sont pas cumulables le même jour

YOGA (effectif limité à 25) Début des cours le 7 Septembre 2026

Renseignements : Geneviève MAZIOUX 04 77 58 38 53 ou Monique PAULET 04 77 96 06 81

MERCREDI	Espace des Associations Salle Aikido MONTBRISON	17H30-19H
JEUDI	Espace des Associations Salle de karaté MONTBRISON	13H45-15h15
JEUDI	Espace des Associations Salle de karaté MONTBRISON	15H15-16H45

PILATES (effectif limité à 25) : Début des cours le 7 Septembre 2026

Renseignements : Françoise DUMAS 06 25 99 14 55

LUNDI	Gymnase Soleillant MONTBRISON	17H30-18H30
MERCREDI	Espace des Associations Salle de karaté MONTBRISON	11H-12H
JEUDI	Salle des fêtes LEZIGNEUX	DÉBUTANTS 17H-18H
JEUDI	Salle des fêtes LEZIGNEUX	CONFIRMES 18H-19H

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE MONTBRISON Complexe sportif de Beauregard

13 Rue de Beauregard 42600 MONTBRISON

AFFILIATION à la Fédération Française N° 42017 Site Internet : <https://gymontbrison.fr>

Contact : gymvolontaire42600@gmail.com

Adresse du site fédéral : <https://ffepgv.fr>