



US CRÉTEIL GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Planning Hebdomadaire des Cours — Rentrée 2026-2027



Séances Douces (Gym douce, Stretching, Pilates, Yoga)

Séances Dynamiques (Renforcement, Body-Fit, Zumba...)

Saison 2026-2027 | Début des cours : Mercredi 2 Septembre 2026 | Durée des séances : 1 heure | www.uscreteilgv.fr

Lundi

12h15
Gym Dynamique

Aurélien

Le Port

17h30
Gym Douce

Joanne

M.T. Eyquem

18h30
Body-Sculpt / Fit

Joanne

M.T. Eyquem

Mardi

12h15
Gym Dynamique

Aurélien

M.T. Eyquem

12h30
Yoga

Joanne

René Renaud

17h30
Gym Dynamique

Anthony

René Renaud

Mercredi

12h00
Stretching Postural

Valérie

M.T. Eyquem

Reprise le 16 sept.

13h00
Stretching Postural

Valérie

M.T. Eyquem

Reprise le 16 sept.

12h15
Gym Dynamique

Aurélien

Le Port

18h00
Modern Jazz

Esmey

La Lévrrière

19h15
Zumba

Esmey

La Lévrrière

Jeudi

12h15
Gym Dynamique

Aurélien

M.T. Eyquem

17h30
Stretching Postural

Valérie

M.T. Eyquem

18h30
Stretching Postural

Valérie

M.T. Eyquem

17h30
Gym Dynamique

Anthony

René Renaud

Vendredi

12h00
Gym Dynamique

Anthony

M.T. Eyquem

18h00
Pilates Tous Niveaux

Émilie

René Renaud

Samedi

09h00
Renforcement Musculaire

Aurélien

M.T. Eyquem

10h00
Pilates Tous Niveaux

Émilie

M.T. Eyquem

11h00
Pilates Intermédiaire

Émilie

M.T. Eyquem

CENTRE M.-T. EYQUEM L'ÉCHAT
Tél : 01 56 72 94 60

RENÉ RENAUD VILLAGE
Tél : 01 42 07 79 52

SALLE POLYVALENTE LE PORT / BD OUDRY
Tél : 01 43 39 91 27

LA LÉVRIÈRE RUE LESSEPS
Tél : 01 42 07 65 34