



ASGN Planning : Ado / Adultes 2025/2026
 PISCINE - 27-31 Bdl d'Inkermann 92200 Neuilly-sur Seine
 Courriel : contact.isabelle@asgn.com - Site : www.asgn.fr Tél : 07.71.04.22.07

SALLE	LUNDI			MARDI		MERCREDI		
	1	2A	2B	1	2A	1		
9h-10h		GYM TONIQUE Nathalie		PILATES Cathy				
10h-11h		PILATES - BARRE AU SOL Nathalie		GYM D'ENTRETIEN Cathy	CARDIO BOXING Sandra (10h-10h45)			
11h-12h		GYM DOUCE Nathalie			PILATES STRETCHING Sandra (10h45-11h45)			
12h-13h					CARDIO DANSE Sandra (11h45-12h30)			
18h-30-19H30	STRETCHING Roméo		YOGA DYNAMIQUE Sandra (19h-20h)				GYMNASTIQUE Marie Hélène 18H30-19H30	
19h30-20h30	GYM TONIQUE Roméo							
20h30 -21h30	STRETCHING POSTURAL Roméo				MODERN-JAZZ NIVEAU INTERMEDIAIRE Marine (20h-21h)			
SALLE	JEUDI			VENDREDI		CHANGEMENT DE LIEU * LE MARDI		
	1	2A		1				
9h-10h	PILATES STRETCHING Liulia			GYM-DOUCE Isabelle F		ADRESSE	Espace Dupont Fauville	
10h-11h	GYM TONIQUE Liulia			BODY SCULPT Isabelle F			Place Gouraud 3 rue Beffroy NEUILLY S/S	
11h -12h	YOGA SPECIAL DOS Elza			GYM - BIEN ETRE Isabelle F		SALLE IRIS	18h-19h	COACHING POSTURAL (niveau dynamique) Sylvie
12h-13h	YOGA DYNAMIQUE Elza	PILATES Achrak (19h-20h)					19h-20h	COACHING POSTURAL (niveau dynamique) Sylvie
TARIFS FORFAIT ILLIMITE	*TARIFS SPECIAUX							
410€ : Adultes	* Samedi		Dynamique	Le planning des cours peut évoluer chaque année en fonction des demandes des adhérents et de la disponibilité des nos professeurs. Tout cours qui ne comporterait pas un nombre suffisant de participants pourra être supprimé.				
380€ : + 70 ans	*Street Dance		Intermédiaire					
300€ : 16/25 ans	*Street Jazz		Doux					
			Très doux					