



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 Té l: 07.71.04.22.07

SALLE	LUNDI			MARDI		MERCREDI			
	1	2A	2B	1	2A	1			
9h-10h		GYM TONIQUE Nathalie		PILATES Cathy					
10h-11h		BARRE AU SOL Nathalie		GYM D'ENTRETIEN Cathy	Stretching Sandra (10h-10h45)				
11h-12h		GYM DOUCE Nathalie			PILATES 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			
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	COACHING POSTURAL (niveau dynamique) Sylvie	
11h -12h	YOGA SPECIAL DOS Elza			GYM - BIEN ETRE Isabelle F					
12h-13h	YOGA DYNAMIQUE Elza	PILATES Achrak (19h-20h)				SALLE IRIS	18h-19h		
TARIFS FORFAIT ILLIMITE	*TARIFS SPECIAUX								
410€ : Adultes	* Samedi *Street Dance *Street Jazz		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			Intermédiaire						
300€ : 16/25 ans			Doux						
			Très doux						