


L'Evyone<sup>gym</sup>

Viens  
bouger  
avec nous!

Début des cours  
la semaine du 26 août 2024

 /gym-evionnaz  
[www.gym-evionnaz.ch](http://www.gym-evionnaz.ch)

# Programme des cours 2024-2025

## Parents-Enfants

Lise Esteves

Dès 2 ans

80.-

Jeudi 9h-10h

**Sur inscription** 079/787.64.36

## Gym infantine

1H-2H

80.-

Lundi 16h-17h

**Sur inscription** 079/562.74.90

## Polysports

Annick Eggertswyler

Emma-Jayne Goepfert

3H à 6H

80.-

Mardi 16h15-17h15

## TRX

Françoise Rosaire

Dès 16 ans

180.-

Lundi 18h30-19h15

Mardi 18h-18h45

**Sur inscription** 079/393.92.84

## Pound Fit

Françoise Rosaire

Dès 16 ans

130.-

Lundi 19h30-20h15

Le Pound fitness consiste à faire des enchaînements d'exercices tout en battant au rythme d'une playlist rock n'roll avec une baguette dans chaque main.

L'objectif: se dépenser intensément tout en relâchant la pression.

## Piloxing SSP

Françoise Rosaire

Dès 16 ans

130.-

Mardi 19h-20h

## Fit & Fun

Nina Blanchard

Carine Revaz

Dès 16 ans

130.-

Mardi 20h-21h

**Nouveau!**

## Renforcement musculaire

Marianne Borgeat

Dès 16 ans

130.-

Jeudi 19h-20h

Nina Blanchard 076/231.03.61

Marianne Borgeat 079/235.96.99

Annick Eggertswyler 078/860.33.62

Lise Esteves 079/787.64.36

Emma-Jayne Goepfert 077/903.86.25

Carine Revaz 079/376.98.78

Françoise Rosaire 079/393.92.84

Les 2 premiers cours d'essais sont gratuits!

Dès 2 cours, les suivants à moitié prix

Plus d'infos sur [www.gym-evionnaz.ch](http://www.gym-evionnaz.ch)