

Début des cours: 08/09/2025

Inscriptions :

Permanence médiathèque le **02/09 de 10h à 12h** et au gymnase le **04/09** de 17h à 19h et ou par courrier à Gym Vital Form (GVF) chez Mme NEBLE 260 bd DE LORETTE 83150 Bandol.

Le 6 Septembre 25 au Forum des sports de Bandol de 10 h à 16 h (Quai du port, Allée Vivien) => **Emplacement 25 - Démonstration au Forum à 15h15.**

A partir du 08 Sept.2025, toutes les inscriptions seront à 170€ dans les salles de cours et **reprise des cours.**

Nos Animatrices & Animateurs sont expérimentés et diplômés d'état

Notre association a souscrit une assurance responsabilité civile individuelle auprès du Crédit Agricole - attestation affichée au gymnase municipal -

PLANNING SAISON 2025 / 2026 - GYM VITAL FORM							
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI		
9h-10h		PILATES Gymnase (petite salle)	SWISSBALL Salle des jardins	RENFO MUSCULAIRE TONIC Salle des jardins	YIN YOGA Salle des jardins		CELIA
10h - 11h		STRETCHING Gymnase (petite salle)		PILATES Salle des jardins			CLAUDIA
11h - 12h	STRETCHING Gymnase (petite salle)	PILATES Gymnase (petite salle)		PILATES Salle des jardins			MURIELLE
12h/13h		12h - 13h Mairie Salle des jardins		12h - 13h Mairie Salle des jardins			MOMO
12h15 - 13h15	12h-13h PILATES Gymnase (petite salle)	TONIC ABDOS FESSIERS Gymnase (petite salle)	13h30- 14h15 Activités Aquatiques sept/oct/nov (plage dorée)	STRETCHING Gymnase (petite salle)	PUMP Gymnase (petite salle)		ROGER
15h - 16h							FABRICE
16h - 17h	RENFO MUSCULAIRE Gymnase (petite salle)	HAP Activité Physique Adaptée Gymnase (petite salle)		GYM DOUCE Salle de danse Stade	PILATES/ STRETCHING Gymnase (petite salle)		AURELIE
17h- 18h	17h30-18h15 BODY TRAINING Gymnase (grande salle)	GYM POSTURALE Gymnase (petite salle)		ABDOS FESSIERS Salle de danse Stade			
18h - 19h		PUMP Gymnase (petite salle)		CARDIO TRAINING Salle de danse Stade	VOLLEY 18h - 19h30		
19h - 20h	ZUMBA Gymnase (petite salle)	ATTACK Gymnase (petite salle)	ZUMBA Gymnase (petite salle)	YOGA DYNAMIQUE Salle de danse Stade	Gymnase		
20h - 21h	PILATES Gymnase (petite salle)		PILATES Gymnase (petite salle)				