

Depuis plus de vingt ans, le Gym Club de la Cère est une association sportive de gym volontaire qui propose des cours de fitness variés.

Cours de step, cardio, renforcement musculaire, danse jazz/funk, gym douce.

Deux professeures diplômées d'état, encadrent les adhérents. (Brigitte et Audrey).

La Gymnastique volontaire est une pratique éducative, de proximité et en groupe d'activités physiques diversifiées organisées en séances. Elle sert d'accompagnement pour entretenir, améliorer, dynamiser la santé, le bien-être et la qualité perçue de la vie ainsi que les relations sociales et citoyennes.

L'année qui vient d'être écoulée, le Gym club de la Cère a participé à la course contre le diabète, l'association a organisé le vide grenier à Polminhac au mois de mai et a proposé une sortie gym-balnéo à Brommat. L'année s'est terminée par un repas aux Planottes avec les adhérents.

Merci aux communes de Vic sur Cère et Polminhac pour leur soutien moral et financier.

Inscription possible toute l'année, tarif unique de 80€ qui permet d'accéder à l'ensemble des cours.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Vic sur Cère	20h30/21h30 STEP avec Audrey au Gymnase		10h00/11h00 Gym Douce ET 19h30/20h30 Danse Jazz Funk avec Brigitte Maison du temps libre	19h00/20h00 Gym Tonic avec Audrey Maison du temps libre	
Polminhac		20h00/21h00 Cardio avec Audrey salle Multi Act.			14h30/15h30 Gym Douce Avec Audrey Salle Multi Act,

Bureau de l'année 2017/2018

Présidente : Mme Anquetin Patricia

Trésorière : Mme Silva Josiane

Trésorière Adjointe : Mme Renaire Sandrine

Secrétaire : Mme Carpentier Catherine

Toute l'équipe du Gym Club de la Cère vous souhaite de joyeuses fêtes de fin d'année

