GYM VOLONTAIRE
USM GAGNY



Gym en salle
Marche nordique
Randonnées

USMG GV

Aréna
Gymnase Mimoun

USMG GAGNY

www.usmggv.fr

USMG
GYM VOLONTAIRE

Saison 2026/2027

Forfait illimité

255 € ou

10 prélèvements de 26 €

JOUR	HORAIRE	SALLE	SEANCE
LUNDI	14h30/15h45	Forêt Bondy	Marche nordique
LUNDI	20h00/21h00	A. Mimoun	Cardio/Renforcement musculaire
MARDI	12h00/13h00	Aréna	Renforcement musculaire/Stretching
MARDI	18h45/19h45	Aréna	Cardio Energy
MARDI	20h00/21h30	Aréna	Fitness
MERCREDI	19h45/20h45	Aréna	Pilates fusion
JEUDI	12h00/13h00	Aréna	Gym douce
JEUDI	14h45/16h00	Forêt Bondy	Marche nordique
JEUDI	18h30/19h30	Aréna	Renforcement musculaire
JEUDI	20h00/21h30	Aréna	Fitness
VENDREDI	18h30/19h30	A. Mimoun	Inspiration Pilates/stretching
SAMEDI	9h30/10h30	A. Mimoun	Renforcement musculaire
DIMANCHE	10h30/11h30	Aréna	Cardio/Renforcement musculaire

Salle d'échauffement de l'**Aréna**
2 chemin de Montguichet
Gagny

Gymnase Alain **Mimoun**
Chemin de l'Etang
Gagny

www.usmggv.fr