

NOVEMBRE



2025



AMÉLIORATIONS

ÉVIDENCES

L'anastrophe selon l'AGVA

Aux , ,

adhérents/bénévoles/animateurs, avec gentillesse tu parleras Les gardiens de gymnases avec respect tu traiteras

En cours à l'heure tu arriveras Ton bébé, ton chat adoré et ton chien super attachant à la maison tu laisseras

Ton téléphone tu éteindras

+ DE COURS

Devant le succès du cours de stretching de Roméo du mardi, nous vous proposerons un deuxième cours de stretching à midi. Et <u>nous instaurons une jauge</u> pour votre confort.

Nous envisageons également l'ouverture de deux cours le samedi après-midi à 16h et 17h. Merci de participer au sondage joint.

AIGUILLAGE

Afin que votre pratique sportive soit encore meilleure, voici les <u>cours peu fréquentés</u>:

Lundi : Prisca Carpentier 18h 45 ou Ste Geneviève à 20h Gym dynamique

Mardi : Claire Orangerie à 12h Feldenkrais / Jurgita Truffaut 21h Pilates

Mercredi : Aude Parc du château 10h10

Jeudi : Jurgita Piscine Esposito Gym douce 10h Vendredi : Sandra Carpentier Défoul Danse 10h

Samedi: tous cours

ASNIÉROISE

La mairie d'Asnières organise le 23 novembre une course solidaire.

Agvamis coureurs, n'hésitez pas à constituer un petit groupe pour aller marcher/courir 5km.