



Planning GYM+ SENIORS 2025/2026



Groupes et Tarifs (assurance et licence comprises)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Séance Renforcement Musculaire	11h15 à 12h15				
Séance Cardio		11h15 à 12h15			
Séance équilibre/ mémorisation				11h30 à 12h30	
Séance Stretching					11h15 à 12h15



Renseignements : 02 48 70 17 97 mail : secretariat@smbgymnastique.fr - www.smbgymnastique.com