

Ne pas jeter sur la voie publique

Séances découvertes  
à partir du 26 mai 2026

DU SPORT SANTE  
PRES DE CHEZ VOUS  
ACTIVONS LES ÉNERGIES POSITIVES

Label  
Qualité Club  
Sport Santé



Fédération Française  
**EPGV**  
2023-2027

NANTES PROCE  
GYM VOLONTAIRE  
ET LOISIRS

NP GVL



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
**SPORT VITALITÉ**

☎ 06 82 58 43 99 - 06 08 98 75 28

**REJOIGNEZ-NOUS**

**SUR NOS  
SÉANCES DÉCOUVERTE  
ACTIVITÉS SPORTIVES**

**NANTES PROCÉ GYM VOLONTAIRE ET LOISIRS (NP GVL)**

**☎ 06 82 58 43 99 - 06 08 98 75 28**



**LUNDI**

**GYM DYNAMIQUE**  
18h00  
Gymnase  
Gaston Serpette

**GYM DYNAMIQUE**  
19h00  
Gymnase  
Gaston Serpette

**MARDI**

**STRETCHING**  
10h00  
39 rue Félix Thomas

**STRETCHING**  
11h10  
39 rue Félix Thomas

**ACTIGYM SENIOR**  
17h30  
Gymnase  
Gaston Serpette

**MERCREDI**

**ACTIGYM SENIOR**  
10h15  
Gymnase  
Gaston Serpette

**PILATES**  
11h15  
Gymnase  
Gaston Serpette

**PILATES**  
12h15  
Gymnase  
Gaston Serpette

**STRETCHING**  
17h30  
Gymnase  
Gaston Serpette

**JEUDI**

**ACTIGYM SENIOR**  
17h30  
Gymnase  
Gaston Serpette

**RENFORCEMENT  
MUSCULAIRE**  
18h30  
Gymnase  
Gaston Serpette

**CROSS TRAINING**  
19h30  
Gymnase  
Gaston Serpette

**SAMEDI**

**MARCHE NORDIQUE**  
9h00  
séance de 1h30

**Contactez-nous  
pour connaître  
le lieu du RDV**



**<https://gym-adultes-nantes-gvl.com> ou scannez le QR CODE**

