

ASSOCIATION "SPORTS ET LOISIRS DE GOUESNAC'H"

ACTIVITES PROPOSEES POUR L'ANNEE 2025-2026

La cotisation annuelle d'adhésion donne accès (après inscription) à toutes les activités gratuites pendant cette période

ACTIVITES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI	DIMANCHE	TARIFS par an (hors adhésion)	LIEUX
 CARDIO FITNESS pour Adultes Mathilde LE BEC _ tél: 06.78.54.35.57 _ email: mathilde.lebec@hotmail.com				de 20h15 à 21h15			120 €	Les Vire-Court, salle EST
 CARDIO FITNESS pour Enfants de 5 à 17 ans mélange de cardio beat (avec baguettes) et de cardio boxe mélange de cardio dance et de technique douce (étirement, relaxation) Mathilde LE BEC _ tél: 06.78.54.35.57 _ email: mathilde.lebec@hotmail.com			de 17h00 à 18h00				120 €	Les Vire-Court, salle EST
CHANT "et si on chantait" Elisabeth LE GOFF _ tél: 06.82.93.63.81 _ email: elisabethlegoff581@gmail.com Geneviève COLARDELLE _ tél: 02.98.54.66.57 _ email: famille.colardelle@orange.fr	de 19h30 à 21h00						150 €	Les Vire-Court, salle EST
DANSE BRETONNE (avec notions de base) Jérôme PATIER _ tél: 06.11.07.66.22 _ email: jerome.patier@gmail.com			de 19h00 à 20h00 tous les quinze jours				20 €	Les Vire-Court, salle OUEST
 DANSES de SALON pour couple/duo débutants Marie-Pierre et Christian Hamon _ tél: 06.88.94.46.55 _ email: hamonchmp@wanadoo.fr		de 20h15 à 21h30					20 €	Les Vire-Court, salle EST
GYMNASTIQUE DOUCE Geneviève GIRON _ tél: 02.98.54.80.89 ou 06.87.78.54.09 _ email: genevieve-giron@orange.fr		de 10h15 à 11h30		de 18h30 à 19h30			20 €	Mardi: salle socio-culturelle de Clohars-Fouesnant Jeudi: Les Vire-Court, salle EST
GYMNASTIQUE PILATES Valérie SAMSON _ tél: 06.41.00.88.57 _ email: v.samson974@laposte.net		de 18h00 à 19h00 de 19h00 à 20h00					120 €	Les Vire-Court, salle EST
GYMNASTIQUE TONIQUE Bérangère BRUSSOL Aline GICQUEL _ tél: 06.66.70.18.85 Lucie MUSSIN _ tél: 06.61.17.25.63 _ email: lucie.mussin@gmail.com	de 8h45 à 9h45						120 €	Les Vire-Court, salle OUEST
JEU DE CARTES TAROT RAMI BELOTE Nicole GRATIEAUX-VERSIGNY _ tél: 06.84.64.62.60 ou 02.98.54.87.43 _ email: nicole.gratieaux@orange.fr	de 14h00 à 18h00						gratuit	Les Vire-Court, salle de réunion 45
LOISIRS CREATIFS Véronique BONNEAU _ tél: 06.16.26.04.65 _ email: veronique.bonneau29@laposte.net		de 14h00 à 16 h 30		1er, 3e et 5e jeudi du mois de 14h00 à 16h30			gratuit	Les Vire-Court, salle de réunion 45
MARCHE Niveau 1 (6,5 km à 3,5 km/h) Jérôme PATIER _ tél: 06.11.07.66.22 _ email: jerome.patier@gmail.com						de 9h à 12h00 tous les quinze jours	gratuit	parking Les Vire-Court, RdV à 9H00 covoiturage 2 €
MARCHE Niveau 2 (8,5 km à 4,5 km/h) Jérôme PATIER _ tél: 06.11.07.66.22 _ email: jerome.patier@gmail.com						de 9h à 12h00 tous les quinze jours	gratuit	parking Les Vire-Court, RdV à 9H00 covoiturage 2 €
MARCHE Niveau 3 (12 à 15 km à 6 km/h) Jérôme PATIER _ tél: 06.11.07.66.22 _ email: jerome.patier@gmail.com					de 8h45 à 12h00 tous les quinze jours		gratuit	parking Les Vire-Court, RdV à 8h45 covoiturage 2 €
PATCHWORK & TRAVAUX D'AIGUILLES Mado SIMON _ tél: 02.98.54.89.25 _ email: madosimon@wanadoo.fr				2e et 4e jeudi du mois de 10h00 à 17h00			gratuit	Les Vire-Court, salle de réunion 45
PEINTURE & DESSIN Danielle GRAZIANA _ tél: 02.98.54.83.43 _ email: danielle.graziana@gmail.com		de 17h00 à 19h00					gratuit	Les Vire-Court, salle de réunion 45
PETANQUE Jérôme PATIER _ tél: 06.11.07.66.22 _ email: jerome.patier@gmail.com Thierry Boudehen _ tél: 06.74.86.71.16				de 13h30 à 18h00			gratuit	Terrain de Pétanque Kérincuff
RELAXATION Geneviève GIRON _ tél: 02.98.54.80.89 ou 06.87.78.54.09 _ email: genevieve-giron@orange.fr	de 17h00 à 18h30						20 €	Les Vire-Court, salle OUEST
SCRABBLE Monique LENAT _ tél: 06.99.93.94.29 _ email: monique.lenat@wanadoo.fr			de 14h30 à 16h30				gratuit	Les Vire-Court, salle de réunion 45
 STRETCHING Martine CITEAU _ tél: 06.44.72.82.00 _ email: pascal.citeau@sfr.fr				de 16h30 à 17h30 de 17h30 à 18h30			20 €	Les Vire-Court, salle EST
TENNIS DE TABLE pour Adultes Jérôme PATIER _ tél: 06.11.07.66.22 _ email: jerome.patier@gmail.com			de 09h30 à 12h00				20 €	Les Vire-Court, salle OUEST
VELO pour Adultes Gilles TCHERKASSKY _ tél: 06.86.80.29.92 _ email: gillestcherkassky@gmail.com					de 09h30 à 12h00		gratuit	parking Les Vire-Court
YOGA de SAMARA Euphonie gestuelle Pascale ROCHE _ tél: 06.64.25.02.39 _ email: pascale-roche@wanadoo.fr	de 19h45 à 21h00						245 €	Les Vire-Court, salle OUEST
ZUMBA pour Adultes Laetitia GUILLOU _ tél: 06.89.39.62.03 _ email: laetitia.guilou@iafrance.fr			de 19h00 à 20h00 de 20h15 à 21h15				120 €	Les Vire-Court, salle EST