



AVANT-GARDE SPORTIVE ESSARTOISE GYMNASTIQUE



Siège social : Mairie - 78690 LES ESSARTS LE ROI -
E-mail : agsegym@gmail.com
RNA – W782009627 – SIREN ~ 893828137 - APE 8551Z -
Site : <https://mcvm91.wixsite.com/agse-gym>

COTISATION ANNUELLE ADULTES ET ENFANTS 2025-2026		
DESIGNATION DES COURS	PRIX ESSARTOIS	PRIX AUTRES EXTERIEURS
	SAINT- REMOIS	
ADULTES : forfait pour tous les cours, y compris Gym Seniors et Equilibre Autonomie Mémoire, Yoga de Gasquet, Body Zen, Pilâtes * Inclus dans le forfait : cours pendant les 2 semaines de vacances scolaires de Toussaint, Hiver et Printemps (suivant la disponibilité des animatrices)	165 €*	180 €*
ENFANTS : pour un seul cours hebdomadaire le mercredi après-midi	95 €	110 €
Pour 2 cours : le 1er cours étant le mardi, soit la séance Acti' Gym Senior à 10 h 15, soit une séance Equilibre Autonomie Mémoire à 14 h 45 ou à 15 h 45 – le 2e cours étant la séance Pilates du vendredi à 10 h 30	115 €	130 €
Equilibre Autonomie Mémoire : pour une seule séance le mardi soit à la Mairie des Essarts dans l'ex-dojo à 14 h 45 ou 15 h 45, soit à Auffargis à 13 h 30	95 €	110 €
APA : le mardi de 15 h à 16 h et le vendredi de 15 h à 16 h 30	105 €	105 €
PRIVILEGIER LE REGLEMENT PAR VIREMENT BANCAIRE		
La prise de licence avant le 31/12 de l'année permet l'envoi par la FFEPSGV d'un reçu fiscal à déduire du revenu		

Salle de St Rémy : cours « adultes » le mardi à 19 H 00

Les inscriptions en cours d'année sont autorisées sous réserve de se présenter avec le **dossier complet** (fiche d'inscription correctement remplie + chèque + certificat médical ou attestation négative au questionnaire de santé)

Les tarifs pour les inscriptions faites à partir du 1^{er} janvier 2026 seront précisés et affichés ultérieurement.

Coupons sports, chèques vacances ANCV; UP Sports et Loisirs acceptés, moyennant un supplément de 5 € pour compensation des frais d'encaissement à régler lors de l'inscription

REPRISE DES COURS LE 8 SEPTEMBRE 2025

Les cours sont mixtes, ouverts à tous : de 3 à 7 ans pour les enfants, à partir de 18 ans pour les adultes
Les cours seniors, maximum 15 personnes, sont recommandés aux plus de 60 ans.

ADMINISTRATION	
Maria BIENVault	Présidente - agsegym@gmail.com – maria@bienvault.fr Correspondante St Rémy – Relations Mairies
Danielle HATRAIT	Responsable juridique et formation - administration Vice-Présidente - danielle.hatrait@wanadoo.fr
Gérard ANDRONICK	Responsable du matériel - gerard.andronick@wanadoo.fr
Maurice BOULAND	Responsable site – Webmaster – mcvm3@sfr.fr
Marie-Luce DUBOIS	Randonnées Codep, planning cours vacances miludub@gmail.com
Sylvie LOGEAI	Trésorerie Comptabilité - logeais.sylvie.agse@gmail.com
Dominique LUCIANI	Trésorière paies - dpinbarr@msn.com
Nadine QUINTARD	Secrétaire – agsegym.secretariat@gmail.com
Patricia COLOMBO	Resp. Ateliers - patriciacolombo2021@gmail.com
Edith STUBER	Correspondante enfants - edith54.stuber@orange.fr

Administration, problèmes financiers, inscriptions : 06.10.65.25.13

Secrétariat : agsegym.secretariat@gmail.com

Enfants : 06.03.29.04.29

Les cotisations Gym comprennent la licence auprès de la Fédération et l'assurance de base pour toutes les activités encadrées par un animateur licencié FFEPSGV.

Pour tous renseignements complémentaires, les membres du bureau sont à votre disposition.

PLANNING DES ACTIVITES 2025-2026 - ADULTES / SENIORS / ENFANTS					
LUNDI 9 h 00 / 10 h 00 FITNESS Aline Intensité 3	MARDI 9 h 15 / 10 h 15 FITNESS Marie-Christine Intensité 2/3	MERCREDI 9 h 15 / 10 h 15 RENFO Laurence El Khilali Intensité 2/3	JEUDI 9 h 15 / 10 h 15 FITNESS Sabine Intensité 2	VENREDI 9 h 15 / 10 h 15 Cardio renforcement musculaire Jackie	SAMEDI 9 h 00 / 10 h 00
10 h 15 / 11 h 15 FITNESS Aline Intensité 2	10 h 15 / 11 h 15 ACTI GYM SENIORS Marie-Christine Intensité 3/2	10 h 30 / 11 h 30 FITNESS Laurence El Khilali Intensité 1/2	10 h 30 / 11 h 30 FITNESS Isabelle Intensité 1	10 h 30 / 11 h 30 PILATES Jackie	
	13 h 30 / 14 h 30 Equilibre-Autonomie-Mémoire Marie-Christine à Auffargis	14 h 00 / 15 h 00 Enfants nés en 2016- 2017-2018 Jackie			
	14 h 45 / 15 h 45 Equilibre-Autonomie-Mémoire Marie-Christine à l'ex dojo Mairie Centre	15 h 00 / 16 h 00 Enfants nés en 2019 Jackie			
	15 h 45 / 16 h 45 Equilibre-Autonomie-Mémoire Marie-Christine à l'ex dojo Mairie Centre	16 h 00 / 17 h 00 Enfants nés en 2020 Anne	13 h 30 / 16 h 30 Randonnée Saint-Rémy L'honoré		
18 h 00 / 19 h 00 FITNESS Stéphanie Intensité 3	18 h 00 / 19 h 00 FITNESS Sabine Intensité 3	17 h 10 / 17 h 55 Enfants nés en 2021 Anne	18 h 00 / 19 h 00 PILATES Anne Intensité 2	17 h 30 / 18 h 30 YOGA DE GASQUET Laurence Lermurier	SAISON 2025 - 2026 Pendant les 2 semaines des vacances scolaires de Toussaint, Hiver et Printemps, suivant la disponibilité des animatrices : - 2 cours Fitness les mardis et jeudis 10 h 00 à 11 h 00 et 19 h 00 à 20 h 00 - 1 cours de Gym douce les mercredis 10 h 00 à 11 h 00 AGSE LES ESSARTS LE ROI Email : agsegym@gmail.com Site : https://mcvm91.wixsite.com/agse-gym CCS : 2 rue du Bois des Dames Accès par la rue Jean Ferrat ou la rue du Petit Pont
19 h 15 / 20 h 15 RENFO CARDIO Jackie Intensité 2/3	19 h 10 / 20 h 10 FITNESS Stéphanie Intensité 2		19 h 10 / 20 h 10 PILATES Anne Intensité 2		
20 h 30 / 21 h 30 BODY ZEN Jackie Intensité 1	19 h 00 / 20 h 00 RENFO Laurence El Khilali Intensité 2/3 à Saint-Rémy l'Honoré		20 h 15 / 21 h 15 CROSS TRAINING Marine Intensité 3		
	20 h 15 / 21 h 15 FITNESS Stéphanie Intensité 3				
	15 h 00 / 16 00 Activités Physiques Adaptées Laurence Lermurier Intensité 1			15 h 00 / 16 H 30 Activités Physiques Adaptées Laurence Lermurier Intensité 1	



Intensité 1
Intensité 1/2
Intensité 2



très modérée
très modérée et modérée
modérée



Intensité 2/3
Intensité 3/2
Intensité 3



soutenue et modérée
soutenue

