



# GYM LOISIRS MIXTE POUR ADULTES



Une section de l'Amicale Laïque de  
MARSAC SUR L'ISLE

**SAISON 2024 - 2025**  
Reprise des cours lundi 02 septembre



Dominique : 06.07.21.07.18  
Cyrille : 06.80.92.35.71



[marsacgym@gmail.com](mailto:marsacgym@gmail.com)



Marsac Gym Loisirs



<https://alm24.fr/>



### Vacances scolaires et jours fériés :

Les cours sont assurés pendant la 1ère semaine des vacances scolaires  
(sauf les cours du matin).

Pas de cours pendant les vacances de Noël et pendant les jours fériés.

<b>LUNDI</b>		<b>11h - 12h</b> Multi activités		<b>20h30 - 21h30</b> Gym multiforme
<b>MARDI</b>			<b>18h30 - 20h</b> Bodyfit - Etirements	
<b>MERCREDI</b>	<b>* <u>NOUVEAU</u> *</b> <b>10h - 11h30</b> Gym adaptée accessible à tous			<b>20h30 - 21h30</b> Gym multiforme
<b>JEUDI</b>			<b>18h30 - 20h</b> Pilates - Gym - Stretch - Relaxation	
<b>VENDREDI</b>		<b>11h - 12h</b> Multi activités		<b>20h15 - 21h15</b> Zumba



### Salle Raffillac

Stade municipal Jean Septembre  
Route de l'Evêque  
24430 Marsac

### \* ATTENTION \* :

le cours du mercredi matin se  
déroule à la  
**Maison du Temps Libre**  
95 route de Bordeaux  
24430 Marsac

### Adhésion à l'association :

- > 2 cours d'essai au choix gratuits (sur une période de 15 jours).
- > **Inscription** : 123 € pour l'année, licence et assurance comprises
- > Chèques vacances ANCV acceptés jusqu'au 15/12/2024.

