

Le club de Gymnastique volontaire Tournay-Bordes, affilié à la Fédération Française Sport Vitalité, propose **3 cours** mixtes par semaine à la salle des fêtes de Bordes. Ils sont assurés par Audrey, notre animatrice diplômée.

*Cours adulte tout public, le **mardi soir de 20h15 à 21h15**: gym dynamique en musique, cardio, fitness, steps, renforcement musculaire, pilates

*Cours senior, le **lundi de 9h à 10h et le vendredi de 9h30 à 10h30**: gym plus douce, variée, qui permet de bouger et se maintenir en forme dans une ambiance conviviale et bienveillante. Possibilité de s'inscrire à 1, 2 ou 3 cours.

Venez participer à 2 séances d'essai gratuites. Renseignements: au 06 75 07 53 37 ou 06 46 33 27 24 ou sur place. Reprise des cours: Gym senior le lundi 7 septembre 2026

Gym adulte le mardi 8 septembre 2026

Tarif pour l'année, licence comprise:

1 cours 80€, 2 cours 120€, 3 cours 130€ (possibilité de payer en 3 fois)