



Association Gym OSASUNA

Planning cours 2025 – 2026



Démarrage lundi 8 septembre à 9 h

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
M A T I N	9h à 10h GYM TONIQUE		9h à 10h GYM FORET		9h à 10h GYM TONIQUE	
	10h à 11h GYM SENIOR		Site Table d'Orientation 9h30 - 10h30 en hiver			10h à 11h FITNESS
						Salle Etcharry Landagoyen
A P R E S - M I D I					15h à 16h PILATES Niveau avancé	
	16h à 17h GYM DOUCE		17h30 à 18h30 PILATES Niveau 1	16h30 à 17h30 GYM DOUCE	16h à 17h BODY ZEN RELAXATION	
		18h30 à 19h30 CARDIO RENFO	18h30 à 19h30 GYM DU DOS	18h à 19h FITNESS		
		19h30 à 20h30 STRETCHING				

Tous les cours se déroulent à la salle Bilgune sauf autre spécification

Association GV OSASUNA Christina 06 09 52 40 67 - Maïté 06 16 01 18 40 [mail : gvosasuna@gmail.com](mailto:gvosasuna@gmail.com)
gymvolontaireustaritz.assoconnect.com - Facebook : [Association Osasuna](#) - [Lagunen Etxea 64480 USTARITZ](#) - Section 064-037 - Siret : 439 208 109 00017



Association Gym OSASUNA

Planning cours 2025 – 2026



Démarrage lundi 8 septembre à 9 h

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
M A T I N	9h à 10h GYM TONIQUE		9h à 10h GYM FORET		9h à 10h GYM TONIQUE	
	10h à 11h GYM SENIOR		Site Table d'Orientation 9h30 - 10h30 en hiver			10h à 11h FITNESS
						Salle Etcharry Landagoyen
A P R E S - M I D I					15h à 16h PILATES Niveau avancé	
	16h à 17h GYM DOUCE		17h30 à 18h30 PILATES Niveau 1	16h30 à 17h30 GYM DOUCE	16h à 17h BODY ZEN RELAXATION	
		18h30 à 19h30 CARDIO RENFO	18h30 à 19h30 GYM DU DOS	18h à 19h FITNESS		
		19h30 à 20h30 STRETCHING				

Tous les cours se déroulent à la salle Bilgune sauf autre spécification

Association GV OSASUNA Christina 06 09 52 40 67 - Maïté 06 16 01 18 40 [mail : gvosasuna@gmail.com](mailto:gvosasuna@gmail.com)
gymvolontaireustaritz.assoconnect.com - Facebook : [Association Osasuna](#) - [Lagunen Etxea 64480 USTARITZ](#) - Section 064-037 - Siret : 439 208 109 00017