

ASSOCIATION SPORTIVE REGUSOISE

Site : www.asregusse.fr Courriel : contact@asregusse.fr

GYM-AEROBIC

Ulla Philipsen
04.94.70.52.12
Lundi Mercredi
18h- 19h

Vendredi 17h30-18h30

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Patrick Maillard
06 79 18 12 42

Lun.Merc.Jeudi 17h00-19h
Vendredi 17h00-20h

YOGA

Christiane Dimitropoulos
06.10.64.02.76
Mardi 18h-19h30
Vendredi 10h-11h30

COURSE A PIED

Dimanche matin
9h au Claou
06 79 18 12 42

RANDONNEES

JP Constant
04.94.84.09.39
Mercredi journée
Voir programme

MARCHE

Philippe Margotteau
06.81.41.92.21
Jeudi 13h30
Voir programme

ACTIVITES

RENFORCEMENT MUSCULAIRE :

salle des anciennes écoles

GYMNASTIQUE/YOGA/PILATES :

salle chemin des Clouos

Nanou Jeanneret
06.82.24.41.58

GYM D'ENTRETIEN

Lundi 9h30-10h30
Jeudi 9h30-10h30

GYM DOUCE

Lundi 10h30-11h30

TENNIS

Michel Laurençot
04.94.68.48.54

Initiation enfants
6/12 ans :

Josyane MARTIN
06.03.68.35.02
Mercredi 15h

GYM/PILATES

Nanou Jeanneret
06.82.24.41.58

Débutants :
Jeudi 10h30-11h30
Confirmés :
Jeudi 18h15-19h15

Président : Patrick MAILLARD 06 79 18 12 42- Secrétaire : Régine LAMANDA 04.94.70.95.64

Trésorier : Francis OLIVON 06 12 38 23 73