

# l'union

CHAMPAGNE ARDENNE PICARDIE

**L'Ardennais** Publié sur *L'Union* (<http://www.lunion.presse.fr>)[Accueil](#) > Une association pour entretenir son corps

## Une association pour entretenir son corps

Par *Anonyme*

Créé le 13/09/2007 01:00

Pour aider les Cotteréziens à garder ou retrouver la forme il existe une association dont c'est la vocation : Le Gymnaste cotterézien. Les séances proposées sont les suivantes : renforcement musculaire, gym d'entretien, stretching, step, dance country, détente et relaxation, cours tonique, gym aquatique, gym enfants, gym seniors. Ces séances ont lieu à la salle annexe du gymnase Jacques Gatineau sauf pour la gym d'entretien (salle Demoustier ou Oasis) et la gym aquatique bien sûr (piscine intercommunale). Les cours reprendront le lundi 17 septembre. Le club propose des activités en dehors de son cadre d'évolution. Les efforts que le bureau de l'association porte chaque année pour faire connaître et valoriser les activités du club sont maintenus plus que jamais. Celui-ci est toujours soucieux de perfectionner la qualité des séances de gym, tant au niveau de l'encadrement que des équipements qui sont mis à la disposition des adhérents. Ainsi le club poursuit ses investissements en matériels. La réduction sur le prix de la licence pour les lycéens et étudiants sur présentation d'un certificat de scolarité est maintenue.

La Gym Volontaire propose également des séances dans les villages de Fleury, Haramont, Retheuil et Villers-Hélon.

Inscriptions à la Maison du arc (Impasse du Marché) tous les vendredis de 16 h 30 à 19 h 30 ou par courrier : « Le gymnaste cotterézien » 12 rue des Saules 02 600 Villers-Cotterêts. Tél. 06.82.94.37.74.

Photos / vidéos

Auteur : Jean-Claude Pruski

Légende : Les séances de gymnastique aquatique se déroulent à la piscine.

**Visuel 1:**URL source: <http://www.lunion.presse.fr/article/autres-actus/une-association-pour-entretenir-son-corps>