



SOCIÉTÉ
DE GYMNASTIQUE
L'HIRONDELLE
CONTHEY

PROGRAMME 2024-2025

SECTION COMPÉTITION

TEST MINI 1A

né·e·s en 2017 et 2018
mardi • 17h15 – 18h15 • Plan-Contthey
Brigitte Roh 079 375 96 47

TEST MINI 1B

né·e·s en 2016 et 2017
vendredi • 17h30 – 18h30 • Plan-Contthey
Cendrine Héritier 079 609 29 35

TEST MINI 1C

né·e·s en 2015 et 2016
lundi ou vendredi • 17h00 – 18h00
Charlène Roh 078 950 16 12

TEST JEUNESSE 1A

né·e·s de 2014 à 2016
mardi • 17h00 – 18h00 • Châteauneuf
Yuliana Leonova 076 338 30 60

ÉCOLE DU CORPS MINI

pour les participant·e·s aux tests
mini 1a, 1b, 1c, jeunesse 1a
mercredi • 15h30 – 17h00 • Plan-Contthey
Pamela Rausis 078 730 19 76

TEST JEUNESSE 1B

né·e·s de 2012 à 2016
mardi • 17h15 – 18h15 • Plan-Contthey
Priscillia Fasolato 079 899 65 62

TEST JEUNESSE 1C

né·e·s de 2012 à 2016
mardi • 18h00 – 19h00 • Châteauneuf
Yuliana Leonova 076 338 30 60

TEST JEUNESSE 2A

né·e·s de 2010 à 2016
mardi • 18h00 – 19h30 • Plan-Contthey
Brigitte Roh 079 375 96 47

TEST JEUNESSE 2B

né·e·s de 2010 à 2016
mercredi • 17h15 – 18h45 • Plan-Contthey
Priscillia Fasolato 079 899 65 62

WWW.GYM-HIRONDELLE.CH
INFO@GYM-HIRONDELLE.CH

ÉCOLE DU CORPS JEUNESSE

pour participant·e·s aux tests
jeunesse 1b, 1c, 2a, 2b, 3
lundi • 17h30 – 19h00 • Plan-Contthey
Marie Curdy 077 445 57 15

TEST ACTIVE 4

né·e·s dès 2011
mardi • 18h30 – 20h00 • Châteauneuf
Marie Gaillard 079 680 59 85

TEST ACTIVE 5

né·e·s dès 2011
mardi • 17h00 – 18h30 • Châteauneuf
Marie Gaillard 079 680 59 85

TEST ACTIVE 6 + 7

né·e·s dès 2011
mardi • 18h00 – 19h30 • Plan-Contthey
Lauriane Héritier 078 911 78 77

ÉCOLE DU CORPS ACTIVE

dès active 4 • dès 16 ans
ancien·ne·s gymnastes
et danseur·euse·s bienvenu·e·s
lundi • 17h30 – 19h00 • Plan-Contthey
Pamela Rausis 078 730 19 76

GROUPE COMPÉTITION JEUNESSE -16ANS

pour participant·e·s au cours d'école du
corps et aux tests
lundi • 19h00 – 20h20 • Plan-Contthey
et samedi, une semaine sur deux
09h00 – 12h00 • Châteauneuf
Marie Curdy 077 445 57 15

INDIVIDUEL, DUO, TEAM

dès les tests actives
samedi • 09h00 – 12h00 • Plan-Contthey
Pamela Rausis 078 730 19 76

*tous les cours débutent
la semaine du 26 août 2024
Pour toute nouvelle inscription
en section compétition, merci de contacter
toutes les monitrices concernées
avant votre venue afin d'avoir
toutes les informations nécessaires!*

*ies monitrices conon
tolant votre venue afin d'avoir
en toutes les informations nécessaires!*



SOCIÉTÉ
DE GYMNASTIQUE
L'HIRONDELLE
CONTHEY

PROGRAMME 2024-2025

COURS ADULTE

YOGA

dès 18 ans
début le 30 août 2024
vendredi, une semaine sur deux
17h15 – 19h15 • Châteauneuf
Véronique Reuse 079 741 69 40

FITNESS

âge conseillé de 16 à 60 ans
début le 4 septembre 2024
mercredi • 20h00 – 21h00 • Châteauneuf
Mary Lecci 079 382 37 39
& Véronique Borel 078 604 19 29

FITNESS

âge conseillé de 18 à 60 ans
début le 26 août 2024
lundi • 19h00 – 20h15 • Erde
Nathalie Fontannaz 079 328 80 08,
Yolande Roh 078 621 21 93
et Muriel Clivaz 078 825 08 88

GYM & DANSE

dès 25 ans
début le 27 août 2024
mardi • 19h30 – 21h00 • Plan-Conthey
Lauriane Héritier 078 911 78 77

GYM POUR TOUS

dès 45 ans
début le 9 septembre 2024
lundi • 18h00 – 19h00 • Erde
Marie-Noëlle Lovey 077 420 63 16

GYM POUR TOUS

dès 45 ans
début le 2 septembre 2024
lundi • 20h00 – 21h00 • Châteauneuf
Oliva Reuse 077 454 93 64

GYM DOUCE

dès 60 ans
début le 11 septembre 2024
mercredi • 15h00 – 16h00 • Erde
Marie-Noëlle Lovey 077 420 63 16

COURS JEUNESSE

PARENTS & ENFANTS

de 2^{1/2} à 4 ans
début le 28 août 2024
mercredi • 17h00 – 18h00 • Châteauneuf
Josiane Maillard 079 200 99 09

PARENTS & ENFANTS

de 2^{1/2} à 4 ans
début le 5 septembre 2024
jeudi • 08h20 – 09h20 • Châteauneuf
Carole Constantin 079 712 26 85

PARENTS & ENFANTS

de 2^{1/2} à 4 ans
début le 3 septembre 2024
mardi • 09h30 – 10h30 • Erde
Lucie Sauthier 079 343 68 07

GYM ENFANTINE

1^{re} et 2^e HarmoS
début le 4 septembre 2024
mercredi • 14h00 – 15h00 • Châteauneuf
Cindy Dupuis 079 948 91 02

GYM ENFANTINE

1^{re} et 2^e HarmoS
début le 4 septembre 2024
mercredi • 16h30 – 17h30 • Erde
Lucie Sauthier 079 343 68 07

DANSE MODERNE MINI

3^e à 5^e HarmoS
début le 29 août 2024
jeudi • 17h30 – 18h30 • Châteauneuf
Loriana D'Andrea 078 716 31 76

DANSE MODERNE

6^e à 8^e HarmoS
début le 28 août 2024
mercredi • 18h45 – 19h45 • Plan-Conthey
Loriana D'Andrea 078 716 31 76

Tous nos cours sont mixtes !

Le prix des cotisations (150.-) sera validé
le 10 octobre 2024 lors de l'assemblée générale

WWW.GYM-HIRONDELLE.CH
INFO@GYM-HIRONDELLE.CH