



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](http://WWW.GYM-HIRONDELLE.CH)  
[INFO@GYM-HIRONDELLE.CH](mailto: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<sup>1/2</sup> à 4 ans  
début le 28 août 2024  
mercredi • 17h00 – 18h00 • Châteauneuf  
Josiane Maillard 079 200 99 09

### PARENTS & ENFANTS

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

### PARENTS & ENFANTS

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

### GYM ENFANTINE

1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> HarmoS  
début le 4 septembre 2024  
mercredi • 14h00 – 15h00 • Châteauneuf  
Cindy Dupuis 079 948 91 02

### GYM ENFANTINE

1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> HarmoS  
début le 4 septembre 2024  
mercredi • 16h30 – 17h30 • Erde  
Lucie Sauthier 079 343 68 07

### DANSE MODERNE MINI

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

### DANSE MODERNE

6<sup>e</sup> à 8<sup>e</sup> 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](http://WWW.GYM-HIRONDELLE.CH)  
[INFO@GYM-HIRONDELLE.CH](mailto:INFO@GYM-HIRONDELLE.CH)