

B.E.V.M. Saison 2025 / 2026 - Association multisports à Damery

Cours : du Lundi 01/09/2025 au Samedi 01/08/2026

Plateforme d'inscription et paiement en ligne : bevm.assoconnect.com

1 essai / personne / cours

Cours accessibles dès 14 ans, sauf Badminton 18 ans.

SALLE	JOUR	HEURE	COURS	NOM	INFOS
Gymnase	Lundi	18h30-19h30	F.A.C. : fesses abdos cuisses	Emmanuelle Dartois	
Gymnase	Lundi	19h30-20h30	Pilates Intermédiaires	Emmanuelle Dartois	
Salle Gounod	Mardi	18h30-19h30	Méditation	Christopher	Changement jour et salle !
Salle des Fêtes	Mardi	10h-11h	Yoga	Sylvie Ballan	
Salle des Fêtes	Mardi	18h45-19h45	Yoga	Sylvie Ballan	
Gymnase	Mardi	19h-20h	Cross Training	Florian Husson	
Gymnase	Mardi	19h-21h	Badminton: accès terrains (18 ans)		
Gymnase	Mercredi	20h-21h	Renfo/cardio	Aurélie Barrier	Changement horaire !
Salle des Fêtes	Jeudi	10h15-11h15	Yoga	Sylvie Ballan	Changement horaire !
Gymnase	Jeudi	18h30-19h15	Gainage	Florian Husson	
Gymnase	Jeudi	19h15-20h	Entrainement type Boxe - Cardio	Florian Husson	
Gymnase	Jeudi	18h30h-19h30	Strong (cardio)	Emmanuelle Dartois	
Gymnase	Jeudi	20h-21h	Badminton : accès terrains (18 ans)		Changement horaire !
Gymnase	Vendredi	10h-11h	Gym Douce	Audrey Pierard	
Gymnase	Vendredi	18h15-19h15	Step	Emmanuelle Dartois	Nouveau : 3 vendredis/mois jusqu'en Mai
Gymnase	Samedi	9h-10h	Pilates Ball	Emmanuelle Dartois	Beaucoup de stretching

1 cours 130 €
2 cours 145 €
3 cours 160 €
4 cours 175 €
5 cours 190 €
6 cours 205 €
7 cours 220 €
8 cours 235 €

Cours Hors parcours

STEP 90€ ;
Méditation 130€ ;
BADMINTON à partir de 18 ans,
60 € les 2 accès/semaine ;
Renfo/Cardio Aurélie 60€/an

Modes de règlement :

Espèces
Chèques en 1, 2 ou 3 fois
Virement bancaire
Bons CAF, MSA
Chèques Vacances ANCV,
Coupons Sport ANCV.

Les règlements (chèques, bons...) sont à remettre à un membre du bureau lors d'un cours ou à déposer dans la boîte aux lettres 34 rue Anatole France à Damery, en indiquant le nom de l'adhérent concerné, téléphone/mail et n° membre internet.

Certificat médical à fournir pour tous les nouveaux adhérents uniquement !

LE BIEN ETRE DE LA VALLEE DE LA MARNE - Mairie - 51480 DAMERY bien.etre51480@gmail.com

Suivez l'actualité en direct, la mise à jour des cours sur notre page Facebook **BEVM Damery**