

# Gym Adultes

## Renforcement musculaire :

Lundi : 12h00-13h00

Lundi : 18h00-19h00 (C.Véron)\*\*

Mardi : 19h30-20h30 (47 bis rue Papu)\*

Jeudi : 12h00-13h00

Jeudi : 20h15-21h15

## Pilates :

Mardi : 12h15-13h00

Mercredi : 18h45-19h45 (47 bis rue Papu)\*

Vendredi : 16h00-16h45

## Yoga-Pilates :

Vendredi : 12h15-13h00

## Stretching :

Lundi : 15h30-16h30

## Loisirs adultes aux agrès :

Lundi : 20h00-21h45

## Responsable de section

Anne-Françoise VETIER : 06 11 14 51 95

Mail : responsblegym@avenir-rennes.com

## Entraîneurs

Marion CHICHERIE

Delphine LACHAMBRE

Maiwenn HEUDE

Anne-Françoise VETIER

Mail : gymnastique@avenir-rennes.com

\*siège 47 bis rue Papu

\*\*Gymnase 8 rue Constant Véron

\*\*\*SIUAPS : Rue du Doyen Denis Leroy

# Les séances

## Gym des petits loisirs à partir de 18 mois

### Mercredi :

Baby-Gym (2022/2023) : 10h15-11h00

Ecole de Gym (2021) : 11h00-12h00

Minipousses 2021 : 13h30-14h30

### Samedi :

Toobaby (2023/2024) : 9h45-10h30

Baby-Gym (2022/2023) : 10h30-11h15

Ecole de Gym (2021) : 11h15-12h15

## Gym de Compétition et Loisirs

### Poussin-e-s : (2018/2019/2020)

Mercredi : 14h-15h30

Jeudi : 16h45-18h15

### Benjamin-e-s : (2016/2017)

Mardi : 16h45-18h30 (compétition)

Mercredi : 15h30-17h30 (loisir et compétition)

Vendredi (ouvert aux 2018) : 16h45-18h15

### Jeunesses et Aînées :

2013/2014/2015/2016 et + 15 ans

Mardi : 18h30-20h15 (compétition)

Jeudi : 18h15-20h15 (compétition)

Vendredi : 18h15-19h45 (débutant et loisir)

### Poussines et benjamines PERF :

Lundi : 16h45-18h30

Mardi 16h45-18h15 et 18h-20h

Mercredi : 15h45-17h45 (SIUAPS)\*\*\*

Jeudi : 16h45-18h15

### Groupe PERF :

Lundi : 17h30-20h (AF/ Delphine)

Mercredi : 15h45-17h45 ( Delphine)\*\*\*SIUAPS

Mercredi : 17h30-19h30 (AF)

Jeudi : 18h-20h ( Delphine/AF) \*\*\* SIUAPS

Vendredi : 18h30-20h30 (AF) \*\*\*SIUAPS



## Contactez-nous

Salle de gymnastique : gymnase st Cyr  
rue de Pré de Bris Rennes

Téléphone 02 99 59 74 19

Site : <https://avenirderennes.gymnastique.fr>

Email : [avenir\\_rennes.gym@live.fr](mailto:avenir_rennes.gym@live.fr)



Gym Avenir de Rennes



Gymnastiqueavenirderennes

Siège Avenir de Rennes

47bis rue Papu

35500 Rennes



# Modalités d'inscription

**Inscriptions et paiement en ligne**  
**avec le QR code ou le lien suivant**

<https://www.gestgym.com/app/inscription/add/35-avenir-de-rennes-QQyAMzdjnec.html>

Pour tout autre paiement par chèque, espèces, pass sport, chèques vacances, carte sortir, venir aux permanences.

## **Permanences Réinscriptions :**

Samedi 27 juin : 10h-12h30

## **Permanences Inscriptions :**

Samedi 04 Juillet : 10h-12h30

Lundi 06 Juillet : 16h-19h

Mardi 25 Août : 16h-19h

## **Portes ouvertes et informations** **le mercredi 02/09/2026**

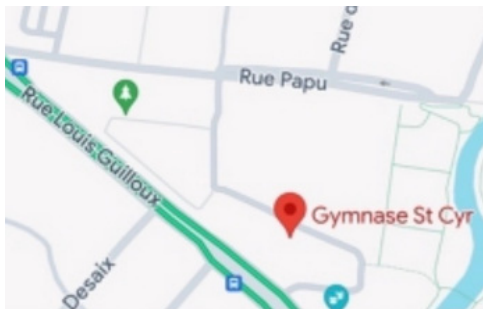
au gymnase St Cyr  
10h-12h30 et 14h-17h

## **Reprise des entraînements :**

à partir du 14 septembre 2026

Gyms des groupes performance  
et cours adultes

à partir du lundi 07 septembre 2026



# Nos tarifs

## **Toobaby**

Un trimestre : 75€

L'année : 205€

## **BabyGym et École de Gym 205€**

## **Gym compétition et loisirs : 215€**

Forfait Pédibus : 30€

Forfait stages pour les gyms en compétition  
(hors activités extérieures) : 30€

## **Gym adulte**

**1 cours par semaine : 215€**

**2 cours par semaine : 245€**

**3 cours par semaine : 275€**

# À propos

La section Gymnastique de l'Avenir de Rennes propose des cours pour filles et garçons dès 18 mois.

## **Salle de Gymnastique St Cyr :**

Notre salle (exclusivement réservée à la pratique de la gymnastique) comporte du matériel pédagogique adapté aux tout petits ainsi qu'à la pratique compétitive.

## **L'encadrement**

Tous les cadres qui interviennent sur les groupes loisir ou compétition sont diplômés de formations dispensées par la Fédération Française de gymnastique et/ou de la DRAJES, du niveau Initiateur au Brevet d'État.

