



**Société de Gymnastique de St-Sulpice**

## Programme des activités 2025-26

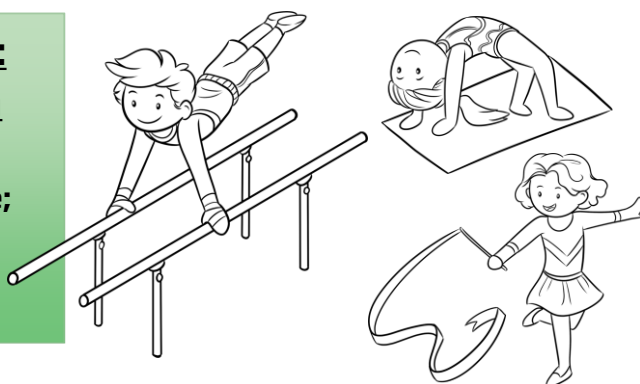
Tous les âges sont les bienvenus !



Jour	Heure	Cours (explications sous le tableau)	Age/ Classe	Monitrice / Moniteur	Contact
Lundi	15h30 - 16h30	Découverte Gym (a,b)	1P-2P-3P	Tim Nguyen	N.A.
	15h30 - 16h30	Gym et Danse (a,c)	3P-6P	Ecaterina Raicu	077 442 37 99
	16h30 - 17h30	Gym Mixte I (e)	4P-6P	Ecaterina Raicu	077 442 37 99
	16h30-17h45	Basket Mixte U8 (d)	2018-2019	Daniel Ortiz	076 779 84 28
	18h00-19h15	Basket Mixte U10 (f)	2016-2017	Daniel Ortiz	076 779 84 28
	17h30-18h30	Gym Mixte II (e)	10 ans +	N.A.	
Mardi	20h15 - 21h15	Découverte Yoga	18+	Alessandra Cossu	078 948 22 13
Mercredi	18h00-19h00	Capoeira	8-12 ans	Owen Walker	N.A.
	19h00 - 20h15	Badminton (g)	10-17 ans +	Julien Chevaley	076 476 83 10
	20h15 - 22h00	Badminton	18+		
	20h00 - 21h45	Basket	18+	Yann Riffault	079 413 52 64
Jeudi	20h15 - 21h45	Fit Gym (h)	18+	Maryc Maeder	078 835 85 16

**Informations et préinscriptions :**  
**[gym.saintsulpice.vd@gmail.com](mailto:gym.saintsulpice.vd@gmail.com)**

Deux cours d'essai différents sont possible;  
ensuite merci de s'inscrire via le site web  
<https://mein.fairgate.ch/gymstsulpice/>  
(ou scannez le code QR)



**AMITIÉ ET SANTÉ AVEC LA GYM !**

### **Explications**

(a) Possibilité de garde 15h15-15h30 (50.-/an).

(b) Cours avec agrès, engins à mains et jeux de balles, développement de la psychomotricité.

(c) Cours comprenant de la psychomotricité, de la gym en musique et des chorégraphies.

(d) Cours U8 en lien avec le DEL basket , 3 samedis avec 2 matches au printemps.

(e) Cours comprenant de l'athlétisme en extérieur en mai / juin/ septembre; avec une chorégraphie.

(f) Cours U10 en lien avec le DEL basket .

(g) Cours pour adolescents seuls ou en duo avec un parent : un bon moment à partager!

(h) Cours très varié issu des disciplines du fitness, renforcement, stretching, en musique





***Société de Gymnastique de St-Sulpice***



**Nouveauté 2025**

## **Cours de Capoeira pour les 8-12 ans !!**

En partenariat avec l'école Vagalume



Alliant mouvements acrobatiques, musique et esprit d'équipe, la capoeira est un art martial brésilien unique qui développe la souplesse, la coordination et la confiance en soi. Ludique et dynamique, elle est idéale pour les enfants de 8 à 12 ans. Offrez-leur une activité complète où ils bougent, s'expriment... et s'amuse ! Inscriptions : voir au verso !