



Gym Cottens 2026 - 2027

Multi-Sports ①

mixte 1H à 3H
Lundi
16h30 à 17h30
dès le 31.08.2026

Multi-Sports ②

mixte 4H à 6H
Lundi
17h45 à 18h45
dès le 31.08.2026

Multi-Sports ③

mixte 7H à 11H
Mardi
17h45 à 19h00
dès le 01.09.2026

Découverte de jeux
pour développer son esprit d'équipe



Cours uniquement sur inscription

Karin Hämmerli, 079 351 35 86, yerly-haemmerli@bluwin.ch
Valérie Tercier, 079 611 19 30, valerie.miauton@bluwin.ch
Ida Carvalho, 079 813 18 58, ida.de.carvalho58@gmail.com

Parents-Enfants

de 2½ à 5 ans
Jeudi
16h15 à 17h30
dès le 03.09.2026



Un moment de partage avec son enfant
Développement de sa motricité

Cours uniquement sur inscription

Mireille Castella, 079 196 19 45
mireille.castella@bluwin.ch



Gym Cottens 2026 - 2027

Gym Maintien

Mercredi
19h00 à 20h00
dès le 02.09.2026



gym douce sollicitant légèrement
le système cardiovasculaire,
équilibre, mobilité, coordination

Cardio, renforcement musculaire,
jeux, dynamique, rythmé



Gym Fit

Mixte dès 16 ans

Mercredi

20h00 à 21h15
dès le 02.09.2026



N'hésitez pas à contacter Patricia Bays, 076 387 16 20
pour de plus amples informations.