

# AEB GYM Chambéry

## Semaine découverte

Du 22 au 27 juin 2026 inclus  
(et quelques cours  
du 30 juin au 4 juillet)

Baby Gym

Baby Gym and Jump

Baby Danse GR

Access Gym Artistique/Aero/Trampo

Access Gymnastique Rythmique



Just Dance Kids / Let's Dance Ados

Découverte compétition Gym. Rythmique

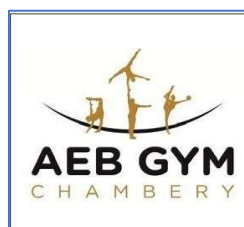
Découverte compétition Gym. Artistique

Initiation Gym Aérobic Garçon / Fed B

Fitness Adultes

Infos sur : [www.aebgym.fr](http://www.aebgym.fr)

ou au : 06.16.48.76.50.



**Baby Gym 15-24 mois**

Enfants de 15 à 24 mois	Lundi	10h30 -11h15	La Palestre
Enfants de 15 à 24 mois	Mercredi	9h30-10h15	Les Landiers
Enfants de 15 à 24 mois	Vendredi	9h15-10h00	Les Landiers
Enfants de 15 à 24 mois	Samedi	9h30-10h15	Les Landiers
Enfants de 15 à 24 mois	Samedi	10h20-11h05	Gymnase de Bissy

**Baby Gym 2024 (Nés de janvier à juin) 2023-2022**

Nés en 2024-2023	Mercredi	9h30-10h15	La Palestre
Nés en 2023-2022 (sans parent)	Mercredi	10h15-11h00	Les Landiers
Nés en 2023-2022 (sans parent)	Mercredi	17h15-18h00	Francin Ecole
Nés en 2024-2023	Samedi	10h20-11h05	Gymnase de Bissy
Nés en 2024-2023	Samedi	10h20-11h05	Les Landiers
Nés en 2023-2022 (sans parent)	Samedi	11h10-11h55	Les Landiers

**Baby Danse GR (2023 ayant déjà pratiqué la Baby Gym) 2022-2021****Cours sans parent**

Enfants nés en 2023-2022-2021	Mardi	17h15-18h00	Gymnase de Bissy
Enfants nés en 2023-2022-2021	Mercredi	11h15-12h00	Les Landiers
Enfants nés en 2023-2022-2021	Mercredi	11h15-12h00	La Palestre
Enfants nés en 2023-2022-2021	Mercredi	16h45-17h30	Francin Ecole
Enfants nés en 2023-2022-2021	Samedi	9h30-10h15	Gymnase de Bissy

**Baby Gym and Jump (2023 ayant déjà pratiqué la Baby Gym) 2022-2021****Cours sans parent**

Enfants nés en 2023-2022-2021	Mercredi	9h30-10h15	La Palestre
Enfants nés en 2023-2022-2021	Mercredi	10h20-11h05	La Palestre
Enfants nés en 2023-2022-2021	Jeudi	17h15-18h00	La Palestre
Enfants nés en 2023-2022-2021	Samedi	9h30-10h15	Gymnase de Bissy

**Access Gym. Artistique / Aero / Trampo**

Enfants nés en 2020 et avant	Lundi	17h15-18h30	Gymnase de Bissy
Enfants nés en 2020 et avant	Mercredi	13h30-14h45	La Palestre
Enfants nés en 2020 et avant	Jeudi	17h15 – 18h30	La Palestre
Enfants nés en 2020 et avant	Samedi	11h15-12h30	Gymnase de Bissy

**Access Gym. Rythmique**

Enfants nés en 2020 et avant	Lundi	17h15-18h30	Gymnase de Bissy
Enfants nés en 2020 et avant	Mardi	18h00 – 19h15	Gymnase de Bissy
Enfants nés en 2020 et avant	Mercredi	11h15-12h30	Les Landiers
Enfants nés en 2020 et avant	Mercredi	18h15-19h30	Francin Ecole
Enfants nés en 2020 et avant	Samedi	10h20 - 11h35	Gymnase de Bissy

**Just Dance Kids (Danse)**

Enfants nés en 2020 et avant	Mardi	17h30-18h15	Les Landiers
Enfants nés en 2020 et avant	Mercredi	17h30-18h15	Francin Ecole
Let's Dance Ados 2015 et avant	Jeudi	17h30-18h30	Gymnase de Bissy
Enfants nés en 2020 et avant	Vendredi	17h15-18h00	La Palestre
Enfants nés en 2020 et avant	Samedi	11h40-12h25	Gymnase de Bissy

**Initiation Gymnastique Aérobic Masculin**

Enfants nés entre 2021 et 2018	Mercredi	13h00 – 14h30	Les Landiers
--------------------------------	----------	---------------	--------------

**Découverte cours compétition Gym. Rythmique**

Enfants nés en 2017 et avant	Lundi	18h00 – 20h00	Gymnase de Bissy
Enfants nés entre 2021 et 2018	Mardi	17h15-19h15	Gymnase de Bissy
Enfants nés entre 2021 et 2018	Mercredi	10h30-12h30	La Palestre
Enfants nés en 2020 et avant	Samedi	10h30-12h30	Gymnase de Bissy

**Découverte cours compétition Aérobic/Fed B**

Enfants nés entre 2021 et avant	Mardi	18h30 – 20h00	Les Landiers
Enfants nés entre 2021 et avant	Mercredi	13h00 – 14h30	Les Landiers

**Découverte cours compétition Gym. Artistique**

Enfants nés en 2020 et avant	Lundi	18h00 – 20h00	Gymnase de Bissy
Enfants nés en 2020 et avant	Jeudi	18h15-20h15	La Palestre

## Du 30 juin au 4 juillet :

<b>Baby Gym 15-24 mois</b>			
Enfants de 15 à 24 mois	Samedi 4 juillet	9h30-10h15	Les Landiers
Enfants de 15 à 24 mois	Samedi 4 juillet	10h20-11h05	Gymnase de Bissy
<b>Baby Gym 2024 (Nés de janvier à juin) 2023-2022</b>			
Nés en 2024-2023	Samedi 4 juillet	10h20-11h05	Gymnase de Bissy
Nés en 2024-2023	Samedi 4 juillet	10h20-11h05	Les Landiers
Nés en 2023-2022 (sans parent)	Samedi 4 juillet	11h10-11h55	Les Landiers
<b>Baby Danse GR (2023 ayant déjà pratiqué la Baby Gym) 2022-2021</b>			
<b>Cours sans parent</b>			
Enfants nés en 2023-2022-2021	Samedi 4 juillet	9h30-10h15	Gymnase de Bissy
<b>Baby Gym and Jump (2023 ayant déjà pratiqué la Baby Gym) 2022-2021</b>			
<b>Cours sans parent</b>			
Enfants nés en 2023-2022-2021	Samedi 4 juillet	9h30-10h15	Gymnase de Bissy
<b>Access Gym. Artistique / Aero / Trampo</b>			
Enfants nés en 2020 et avant	Samedi 4 juillet	11h15-12h30	Gymnase de Bissy
<b>Access Gym. Rythmique</b>			
Enfants nés en 2020 et avant	Samedi 4 juillet	10h20 - 11h35	Gymnase de Bissy
<b>Just Dance Kids (Danse)</b>			
Enfants nés en 2020 et avant	Mardi 30 juin	17h30-18h15	Les Landiers
<b>Découverte cours compétition Gym. Rythmique</b>			
Enfants nés en 2020 et avant	Mardi 30 juin	18h00 – 20h00	Gymnase de Bissy
<b>Découverte cours compétition Aérobie/Fed B</b>			
Enfants nés entre 2021 et avant	Mercredi 1 <sup>er</sup> juillet	10h30 – 12h00	La Palestre

## Planning SPÉCIAL FITNESS du 22 au 27 juin :

1 semaine de cours ouverts à tous pour découvrir les différentes activités proposées par les AEB GYM. Prévoir des baskets propres, une serviette et une bouteille d'eau !

<b>FITNESS</b>			
Cross Training	Lundi	19h30 – 20h15	Les Landiers
Stretching	Lundi	20h15 – 21h00	Les Landiers
Zumba	Lundi	19h15-20h00	Gymnase de Bissy
Gym Santé	Mardi	10h00 – 11h00	Les Landiers
Pilates	Mardi	12h30 – 13h15	Les Landiers
Pilates	Mardi	18h05-18h50	Salle Folléa
Renforcement Musculaire	Mardi	19h00-19h45	Gymnase de Bissy
Zumba	Mardi	20h15-21h00	Les Landiers
Pilates	Mercredi	19h15-20h00	Les Landiers
Strong	Mercredi	20h00-20h45	Les Landiers
Renforcement Musculaire	Mercredi	19h00-19h45	Ecole de Francin
Pilates	Mercredi	19h45 – 20h30	Ecole de Francin
Pilates	Jeudi	9h15 – 10h00	Les Landiers
Cross Training	Jeudi	19h45-20h30	Les Landiers
Zumba	Jeudi	20h00 – 20h45	Gymnase de Bissy
Stretching	Vendredi	12h30 -13h15	Les Landiers
Pilates	Samedi	9h15-10h00	Salle Folléa
Renforcement Musculaire	Samedi	10h00-10h45	Salle Folléa

### ➤ Adresses des salles et gymnases :

- Les Landiers : 2631 avenue des Landiers 73000 Chambéry (entre 123 Parebrise et Ekosport)
- La Palestre : square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry
- Gymnase de Bissy : chemin Charrière Neuve 73000 Chambéry
- Francin Ecole : 566 rue de Belledonne 73800 Francin
- Salle Folléa : avenue Général Cartier 73000 Chambéry (derrière la Mairie de Quartier de Bissy)