

**La fin des vacances est proche et la FSG Sâles reprend ses activités. Voici le programme d'entraînement des différents groupes pour la saison 2023-2024.  
Pour tous renseignements, vous pouvez contacter les moniteurs responsables ou consulter notre site [www.fsg-sales.ch](http://www.fsg-sales.ch) (onglet groupes)**

Groupe	Descriptif	Jour et heures d'entraînement	Date de la reprise	Lieu, halle de	Moniteur/trice de contact
<b>Parents-Enfants</b>	Gymnastique de découverte pour les parents avec les enfants nés entre le 31.07.21 et l'entrée en 1H. Les papas sont les bienvenus	<u>Mercredi</u> de 9h30 à 10h30	Mercredi 6 septembre 2023	Sâles	Héloïse Moret 079/ 576 45 39
<b>Gym enfantine</b>	Gymnastique variée pour les enfants de 4 ans à 6 ans	<u>Mardi</u> de 16h30 à 17h45	Mardi 5 septembre 2023	Sâles	Claudine Koenig 079/ 200 82 52
<b>Polysport 1</b>	Gymnastique polysportive pour les enfants de la 3H à la 6H (filles et garçons)	<u>Lundi</u> de 17h45 à 19 h	Lundi 4 septembre 2023	Vaulruz	Clémence Oberson 079/ 259 79 87 Judith Menoud
<b>Polysport 2 et 3</b>	Gymnastique polysportive pour les enfants de la 7H à la 11H_ (filles et garçons)	<u>Mercredi</u> de 18h30 à 19h45	Mercredi 6 septembre 2023	Sâles	Pour information 076/ 565 06 72
<b>Pré-agrès Filles</b>	Gymnastique aux engins pour filles, nouvelles gymnastes	<u>Mercredi</u> Cf site internet	Mercredi 30 août 2023	Sâles	Nadia Gremaud 079/ 478 97 37
<b>Agrès Filles</b>	Gymnastique agrès pour les filles déjà en catégorie	Selon planning		Sâles	Mireille Moura 079/ 710.72.73
<b>Pré-agrès Garçons</b>	Gymnastique agrès pour les garçons, nouveaux gymnastes de 2H et 3H	<u>Vendredi</u> de 18h à 20h	Vendredi 1 <sup>er</sup> septembre 2023	Sâles	Delphine Gremaud 079/ 882 77 64
<b>Agrès Garçons</b>	Gymnastique agrès pour garçons déjà en catégorie	<u>Vendredi</u> cf site internet	Vendredi 1 <sup>er</sup> septembre 2023	Sâles	Delphine Gremaud 079/ 882 77 64
<b>Agrès for fun</b>	Gymnastique aux agrès, dès 16 ans	<u>Jeudi</u> de 20h à 22h	Jeudi 24 août 2023	Sâles	Yolande Oberson 079/ 324 08 37
<b>Actives</b>	Gymnastique variée pour dames dès 20 ans	<u>Mardi</u> de 19h45 à 21h30	Mardi 5 septembre 2023	Sâles	Cindy Butty 079/ 557.94.06 Estelle Oberson 079/ 343 09 58
<b>Actifs</b>	Gymnastique hommes dès fin de scolarité	<u>Jeudi</u> de 20h15 à 22h	Jeudi 31 août 2023	Sâles	Frédéric Pasquier 079/ 263.15.35
<b>Volley-Hommes</b>	Volley ball dès la fin de la scolarité, les dames sont les bienvenues	<u>Lundi</u> De 20h à 22h	Lundi 21 août 2023	Vaulruz	Christophe Tercier 078/ 723 61 36
<b>Course à pied</b>	Pour tous ceux qui désirent courir en plein air dès l'âge de 14 ans	<u>Lundi</u> 19h00	Lundi 4 septembre 2023	Centre sportif de Sâles	Eléonore Pasquier 079/ 345 10 72
<b>Marche</b>	Marche rapide pour tous	<u>Mercredi</u> 20h00	Mercredi 30 août 2023	Centre sportif de Sâles	Anne Lambert 079/ 821 71 26