

ANALYSE du Sondage Dynamic GV Juillet 2023





SONDAGE Dynamic GV

Afin de préparer le planning de la saison 2023-2024, nous vous demandons de bien vouloir nous aider en répondant à ce sondage. Nous vous remercions par avance !

A quel moment de la journée souhaitez vous avoir vos cours de Gym ? *

- Matin
- Après midi
- A partir de 18h

Quel type d'activité souhaitez vous pouvoir faire dans ces moments là ? *

- CARDIO
- GYM DOUCE
- MARCHÉ
- RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Parmi les activités de CARDIO quelles sont celles que vous préférez ?

- TABATA
- ZUMBA
- CARDIO PUNCHING
- HIIT Cross Training
- TOTAL Pump (Barre)
- URBAN Training
- STEP
- LIA

Parmi les activités GYM Douce, quelles sont celles que vous préférez ?

- PILATES
- GYM DOUCE Posturale
- STRECHING
- PREVENTION (Global/Mobilité/Santé)

Parmi les activités de RENFORCEMENT musculaire, quelles sont celles que vous préférez ?

- TOTAL Renfo
- ABDO/FESSIERS/JAMBES
- BODY SCULPT

Si DGV devait vous proposer plus d'activités dans votre créneau horaire, lesquelles vous intéresseraient ?

Plutôt Cardio

Plutôt Renforcement

Plutôt GYM douce

Plutôt Marche

• STEP

• LIA

• ZUMBA

• TABATA

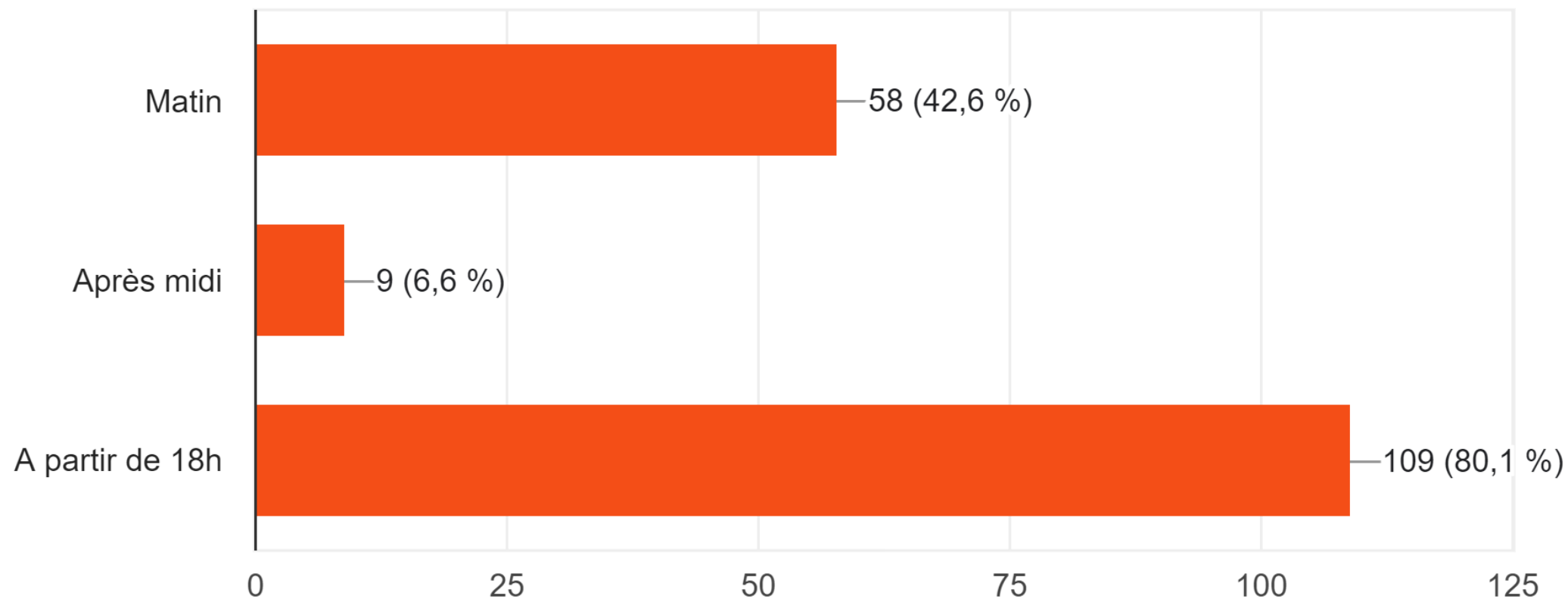
• PILATES

Et sinon, une ou des suggestions... ?

Réponse courte

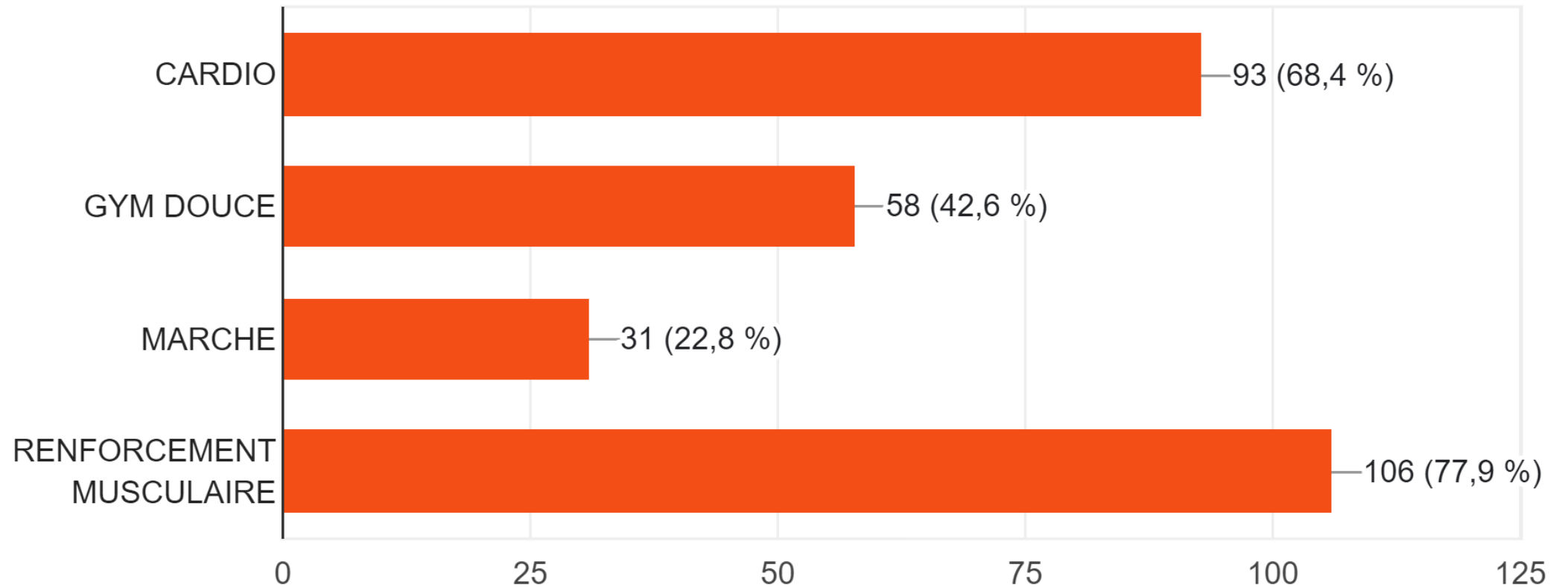
A quel moment de la journée souhaitez vous avoir vos cours de Gym ?

136 réponses



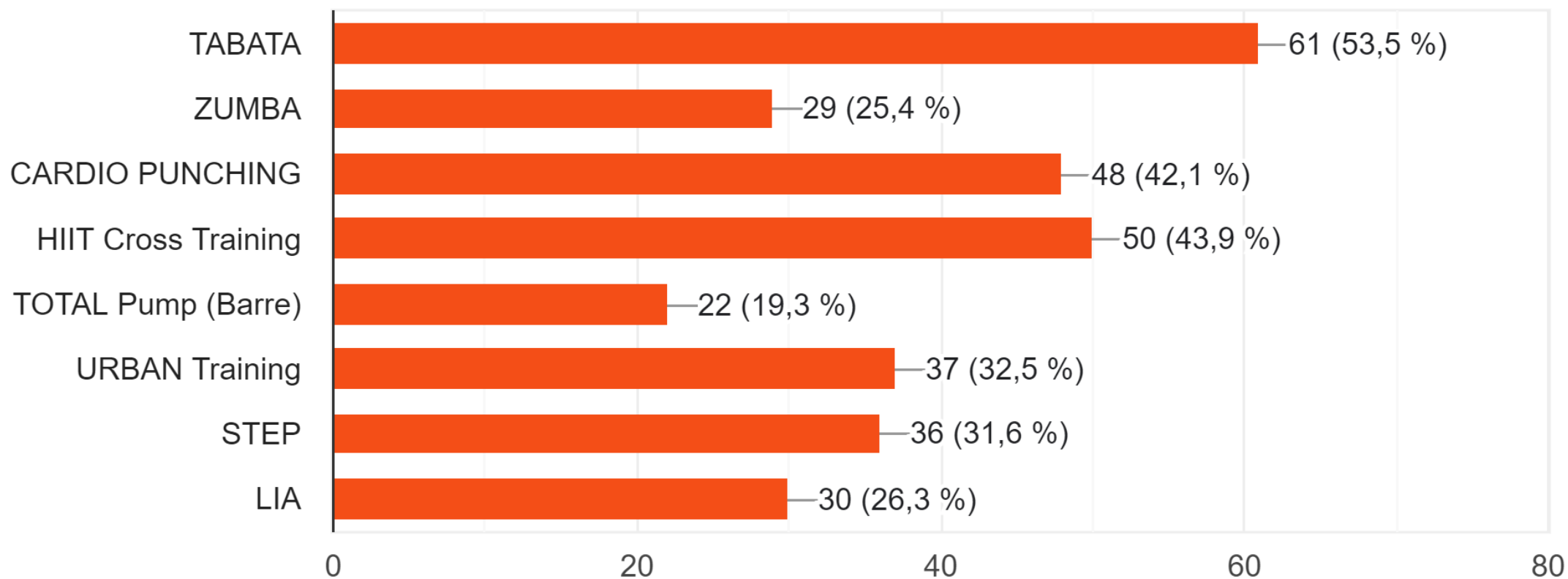
Quel type d'activité souhaitez vous pouvoir faire dans ces moments là ?

136 réponses



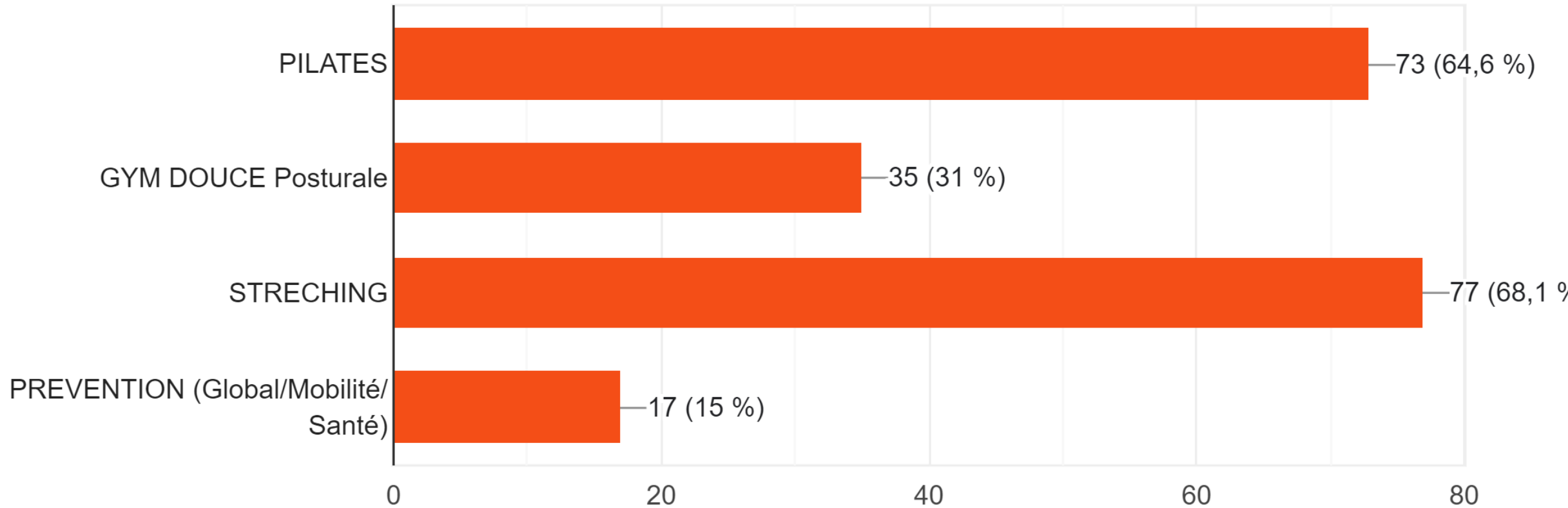
Parmi les activités de CARDIO quelles sont celles que vous préférez ?

114 réponses



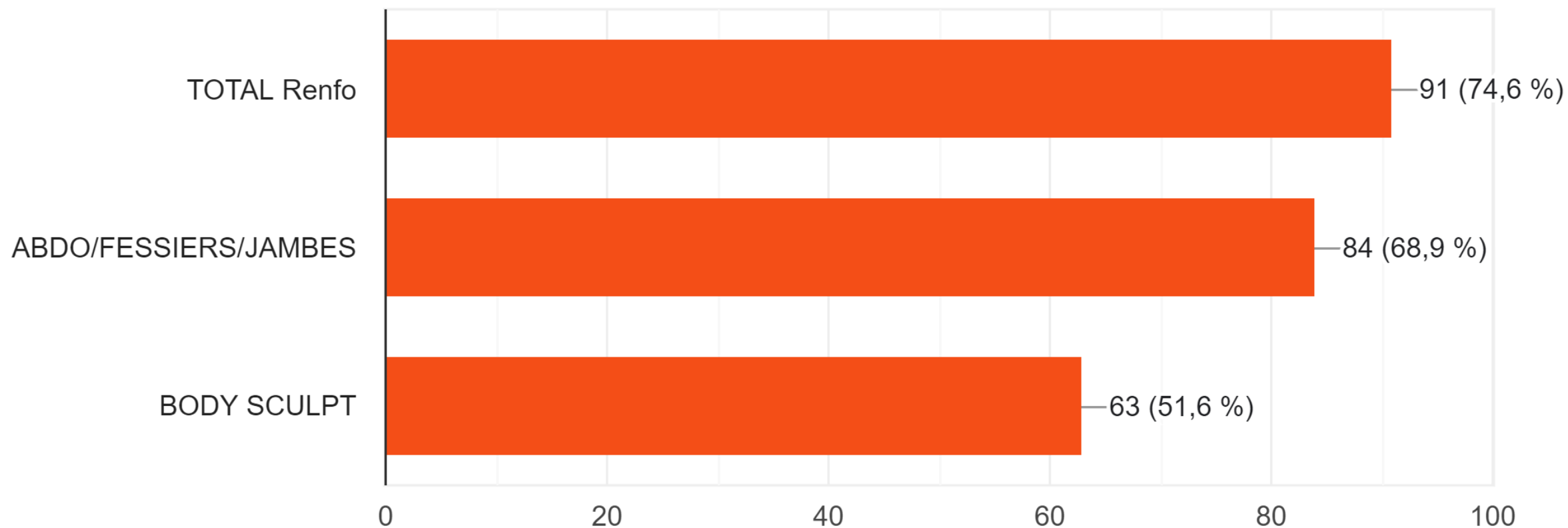
Parmi les activités GYM Douce, quelles sont celles que vous préférez ?

113 réponses



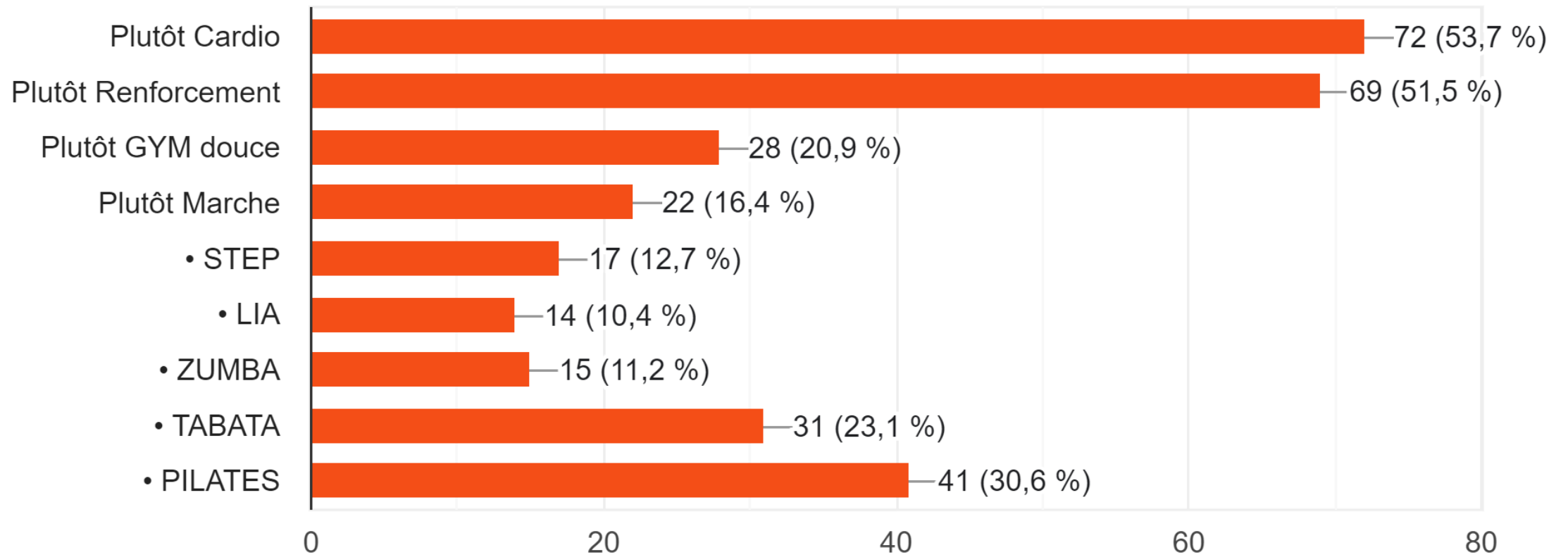
Parmi les activités de RENFORCEMENT musculaire, quelles sont celles que vous préférez ?

122 réponses



Si DGV devait vous proposer plus d'activités dans votre créneau horaire, lesquelles vous intéresseraient ?

134 réponses



34 Commentaires

Thème : Disciplines

- nouveauté
- Tai chi, Qi Gong
- Il me semble qu'il est important qu'il y ait des cours de renforcement musculaire un peu soutenu comme pouvez le faire Arnaud... pour que tt le monde s'y retrouve.
- plus de stretching
- la marche nordique sportive et non loisir serait pas mal ! Les cours de gym pathologies, ma sœur y est inscrite après un grave problème de santé et ces cours lui sont très bénéfiques comme a beaucoup.
- Plus de stretching
- Maintien des cours de pathologie
- possibilité d'avoir un cours de cardio ou d'abdo fessiers le midi comme depuis cette rentrée le lundi
- Maintenir la zumba aussi le samedi à 10h
- Les programmes actuels me conviennent déjà très bien ! Juste merci !
- Un cours de relaxation un ou 2 soirs par semaine après 19h
- entraînement avec charges(haltères)
- si possible ppg le mercredi comme cette année et urban training lundi ou vendredi
- Programme actuel satisfaisant , cours le midi intéressant
- Plus d'abdos
- Des cours d'Urban s'il vous plait !
- J'espère retrouver des cours en extérieur à la rentrée comme ceux proposés par Arnaud

Thème : HORAIRE

- meilleure répartition des cours tout au long de la semaine
- Pour les séances du soir, plutôt après 20h.
- Le créneau de 8h30 le mercredi est un moment très adapté pour faire du sport. Merci de le conserver si possible
- des cours à 12h30 serait pas mal aussi ! la marche nordique sportive et non loisir serait pas mal ! retrouver quelqu'un comme Arnaud va être compliqué je pense ! donnons la chance à un jeune !
- En activité professionnelle, j'ai très peu de créneaux qui me conviennent, je fréquente habituellement le cours du mercredi matin et celui du jeudi soir.
- Cours du soir à partir de 18h30
- Maintenir un cours entre 12h30 et 13h30, pratique pour les gens en télétravail
- possibilité d'avoir un cours de cardio ou d'abdo fessiers le midi comme depuis cette rentrée le lundi
- Garder les créneaux du samedi matin avec Carole
- Maintenir la zumba aussi le samedi à 10h
- Les programmes actuels me conviennent déjà très bien ! Juste merci !
- Un cours de relaxation un ou 2 soirs par semaine après 19h
- si possible ppg le mercredi comme cette année et urban training lundi ou vendredi
- Programme actuel satisfaisant , cours le midi intéressant
- Des cours à 19h!!!!

Thème : DIVERS

- meilleure répartition des cours tout au long de la semaine
- Je souhaiterais un coach comme Arno 🙏
- La plus grande variété d'exercices possibles dans toutes les disciplines avec des explications sur l'intérêt (objectif, bienfait) de l'exercice réalisé. Que les professeurs diversifient le contenu des cours quelle que soit la discipline et aussi qu'il corrige les postures. En effet rien de plus démotivant que de faire les mêmes exercices chaque semaine.
- retrouver quelqu'un comme Arnaud va être compliqué je pense ! donnons la chance à un jeune !
- Permettre de payer en trois fois
- Payer en 3 fois
- Merci de prendre en compte l'avis des adhérents
- Je souhaite avoir des cours non répétitifs. Avoir un prof très motivant qui explique à quoi sert l'exercice ses bienfaits. Un prof qui corrige...
- possibilité d'avoir un cours de cardio ou d'abdo fessiers le midi comme depuis cette rentrée le lundi
- Les formats de cours en extérieur sont agréables
- Un ou une coach dynamique