

ANNEE 2021/2022

LUNDI après-midi		QI GONG	COURS EN ATTENTE		petite salle	
LUNDI soir	18H30 - 19H30	BODY SCULPT	Mégane	1		
	19H30 - 20H30	STEP niveau 2	Mégane	1		2h
LUNDI SOIR	17H30-18H30		COURS EN ATTENTE		petite salle	
MARDI MATIN	10H00-11H00	STRETCH/relaxation	Maureen	1h00	gde salle	1
MARDI SOIR	18H30 - 19H30	RENFO-STEP-CARDIO	Maureen	1	gde salle	
	19H30- 20H30	ZUMBA	Maureen	1		2
MERCREDI MATIN	10H00 - 11H00	YOGA	Philippe	1		1
JEUDI MATIN	9H45 - 10H30	GYM DOUCE	Maureen	0h45		
	10H30 - 11H30	MUSCULAIRE STRETCHING	Maureen	1		1H45
JEUDI SOIR	18H30 -19H30	PILATES POSTURALE	Dylan	1		
	19H30-20H30	BODY SCULPT	Dylan	1		2
VENDREDI MATIN	9H30 - 10H30	BODY SCULPT	Mégane	1		
	10H30 - 11H15	STRETCHING	Mégane	0h45		1h45