

Jean Bouin

Lundi	9h à 10h	27	94,316	♥♥♥	Gym cardio	Olivier
Mardi	9h à 10h	27	96,452	♥♥	Renforcement musculaire	Mireille
Vendredi	12h à 13h30	37	94,266	♥♥	Musculation/appareils	Olivier

Gaston Lessut - St Césaire

Lundi	18h à 19h	27	95,568	♥♥	Gym Tonic NEW	Nadine
Lundi	19h05 à 20h	27	94,378	♥	Etirements	Nadine
Jeudi	18h à 19h	27	95,840	♥	Gym équilibre	Nadine
Jeudi	18h à 19h	27	95,575	♥♥	Gym Tonic	Carole
Jeudi	19h05 à 20h	50	94,651	♥	Pilates	Nadine
Jeudi	19h05 à 20h	27	94,372	♥	Etirements	Carole
Samedi	10h30 à 11h30	50	97,003	♥	Yoga	Bénédicte

Salle Equilibre - avec supplément: 1 carnet 10 tickets = 20€

Mardi	15h à 16h	50	94269	♥	Pilates ballons	Benedicte
-------	-----------	----	-------	---	-----------------	-----------

Emile Gauzy

Mardi	18h30 à 19h30	27	95,567	♥♥	Gym Tonic NEW	Emma
Mardi	19h35 à 20h30	50	96,999	♥	Yoga	M.Claire
Jeudi	18h30 à 19h30	27	95,569	♥♥	Gym Tonic NEW	Emma

Philippe Lamour

Lundi	19h à 20h	27	95,571	♥♥	Gym Tonic NEW	Emma
Mardi	17h à 18h	27	103,011	♥	Body Soft NEW	Emma
Mercredi	18h30 à 19h30	50	96,942	♥	Pilates - Niveau 2	Carole

ACTIVITES AQUATIQUES

AQUATROPIC - avec supplément: 1 carnet 10 tickets = 30 €

Mardi & Jeudi	15	91,885	♥♥	Aquagym
11h15 à 12h				

NEMAUSA - avec supplément : 1 carnet 10 tickets = 30 €

Lundi & Vendredi	15	91,886	♥♥	Aquagym
16h à 16h 45				

BODY PUR -Stage 1er trimestre-

Lundi	17h15 à 18h	117	102,185	♥♥	Aquabiking
Mardi	16h15 à 17h	117	102,179	♥♥	Aquabiking
Mercredi	16h15 à 17h	117	102,184	♥♥	Aqua circuit NEW
Vendredi	16h15 à 17h	117	102,180	♥♥	Aquabiking

ACTIVITES DE PLEIN AIR

STADE Marcel Rouvière

Mercredi	8h30 à 9h30	27	94,265	♥♥	Marche active	Olivier
Mercredi	14h30 à 15h30	27	94,268	♥♥	*PPG	Olivier
Samedi	9h à 10h	27	94,275	♥♥	Sports collectifs	Olivier

*PPG = Préparation Physique Générale

RANDONNEES rdv STADE Marcel Rouvière

Dimanche &	8h30 à 18h	27	97,010	Rando à la journée	Olivier
Samedi	8h30 à 18h			Rando à la journée	Maryline
			Olivier: 1 randonnée par mois	Maryline: 1 randonnée par trimestre	
Lundi ou Jeudi	13h30 à 18h	32	97011	Rando 1/2 journée	Maryline/Nelly
Lundi	13h30 à 18h			Rando 1/2 journée	Olivier
Nelly, Olivier 1 rando par mois chacun - Maryline, 1 rando par trimestre					

OFFRE RANDO DUO 47 97,012

Programme ci-dessus Randos à la journée + randos à la demi-journée
Avec Nelly - Olivier et Maryline