



Cotisation : 32,00 €

Permanences : les Mardis de 9 h 00 à 12 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 00

JOURS	HORAIRES	ACTIVITÉS	LIEUX	ANIMATEURS
LUNDI	De 09 h 30 à 10 h 30	Gymnastique	Salle Alphonse Daudet, rue de la Croix Blanche	Emmanuelle BARBOSA
	De 12 h 15 à 13 h 15	PILATES	Cosec Favier, Rue du Docteur Duby	Emmanuelle BARBOSA
	de 17 h 30 à 18 h 30	GYM. Tonic	Cosec Favier, Rue du Docteur Duby	Thierry NOBECOURT
	De 18 h 00 à 19 h 00	PILATES	Gymnase Charles Perrault, 1 avenue de l'Egalité	Elisabeth SANTINHO
	De 19 h 00 à 20 h 00	Gymnastique	Gymnase Charles Perrault, 1 avenue de l'Egalité	Elisabeth SANTINHO
	De 18 h 30 à 19 h 30	CARDIO Gym	Cosec Favier, Rue du Docteur Duby	Clément NALLET
MARDI	De 08 h 00 à 09 h 00	Gymnastique	Salle Louis Blériot, Place Louis Blériot	Emmanuelle BARBOSA
	De 09 h 00 à 10 h 00	PILATES	Salle Louis Blériot, Place Louis Blériot	Emmanuelle BARBOSA
	De 09 h 00 à 10 h 00	GYM. Douce	Salle J.B. Clément, impasse Lazare Carnot	Lysiane DELZOPPO
	De 12 h 15 à 13 h 15	Gymnastique	Cosec Favier, Rue du Docteur Duby	Lysiane DELZOPPO
	De 13 h 30 à 14 h 30	YOGA	Salle Louis Blériot, Place Louis Blériot	Malorie CASAROSA
	De 17 h 30 à 18 h 30	ZUMBA	Gymnase Charles Perrault, 1 avenue de l'Egalité	Sonia ARNOLD
MERCREDI	De 09 h 00 à 10 h 00	PILATES	Salle Louis Blériot, Place Louis Blériot	Lysiane DELZOPPO
	De 09 h 30 à 10 h 30	Gymnastique	Salle J.B. Clément, impasse Lazare Carnot	Clément NALLET
	De 14 h 00 à 15 h 00	STRETCHING	Salle J.B. Clément, impasse Lazare Carnot	Anne Lise DUBOIS
	De 17 h 30 à 18 h 30	Gymnastique	Gymnase Charles Peguy, rue Jean Moulin	Clément NALLET
	De 18 h 30 à 19 h 30	STEP	Gymnase Charles Peguy, rue Jean Moulin	Clément NALLET
JEUDI	De 10 h 30 à 11 h 30	PILATES	Salle J.B. Clément, impasse Lazare Carnot	Emmanuelle BARBOSA
	De 17 h 50 à 18 h 50	CITY Gym	Départ parking Intermarché	Stéphane REY
	De 18 h 00 à 19 h 00	STRETCHING Relax	Gymnase Charles Robin, avenue des sports	Emmanuelle BARBOSA
	De 18 h 00 à 19 h 00	Gymnastique	Gymnase Charles Peguy, rue Jean Moulin	Clément NALLET
	De 19 h 30 à 20 h 30	Gymnastique	Salle Polyvalente des Alagniers	Clément NALLET
VENDREDI	De 08 h 00 à 09 h 00	Gymnastique	Salle Alphonse Daudet, rue de la Croix Blanche	Caroline TEPPE
	De 09 h 00 à 10 h 00	STRETCHING	Salle Alphonse Daudet, rue de la Croix Blanche	Caroline TEPPE
	De 14 h 00 à 15 h 30	MARCHE NORDIQUE	Lieux de rendez-vous sur le site	Stéphane REY
	De 15 h 00 à 16 h 00	YOGA	Salle J.B. Clément, impasse Lazare Carnot	Virginie PIGNAUD
	De 17 h 30 à 18 h 30	Gymnastique	Cosec Favier, Rue du Docteur Duby	Clément NALLET
	De 18 h 30 à 19 h 30	STEP	Cosec Favier, Rue du Docteur Duby	Clément NALLET
	De 19 h 30 à 20 h 30	YOGA	Salle J.B. Clément, impasse Lazare Carnot	Eric TRONTIN

ATTENTION : Pas de participation au cours sans inscription au préalable