

2025 - 2026

Activités Gymniques (Carte Forme)					
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Stretching	8h45 - Agnès	9h - Agnès		11h - Agnès	11h - Mike
	10h45 - Agnès	11h Agnès			
Gymnastique	9h45 - Agnès	10h - Agnès	19h - Fabienne	10h - Agnès	
Gym Tonic	10h - Claire				9h - Nadine
Fitness Danse		12h - Fabienne			
		21H - Fabienne			
Gym Douce		10h - Fabienne		9h - Catherine	10h - Nadine
		11h - Fabienne			
Pilates	9h -11h -12 h Claire	12h - Agnès	20h - Fabienne	10h - Catherine	
		20h - Fabienne			
Zumba					10h - Fabienne
Equilibre et Vitalité				11h - Catherine	

Espace Malraux
Gymnase du Chenil