

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	9h-10h Renfo musculaire Rose-Marie			8h45-10h15 Renfo musculaire +stretching Rose-Marie		10-12h Marche Nordique Parking Gymnase
12h15 - 13h15 Yoga Salle Belly Isabelle	12h15 - 13h15 Pilates Salle Belly Clem				10h-11h30 Judo Mini-poussins - Poussins Alain	
17h15 - 18h Multisports 3-4 ans Clem					11h30 - 13h30 Judo Poussins - Benjamins Alain	
18h - 18h45 Multisports 5 ans Clem	17h30 - 19h Multisports 6 - 8 ans Clem		17h-18h Judo Mini-poussins 1&2 Yves			
19h-20h Pilates Dojo - Gymnase Clem	19h-20h30 Judo Benjamins 1 & 2 Minimes 1&2 Alain	17h45 - 18h30 Judo Eveils et Poussinet Clem	19h-20h Yoga Salle Belly Isabelle	18h-19h Judo Poussins 1&2 Yves	18h30-19h30 Cross Fit Ado Seb	
20h - 21h Taïso Clem	20h30-21h30 Renfo musculaire Seb	20h15-21h15 Circuit training Seb	20h-21h Pilates Salle Belly Clem	19h - 20h30 Judo Adulte A partir de Minimes Yves	20h-21h Cardio Boxing Seb	
21h -22h Judo Adultes à partir de Cadet Clem			20h30 - 22h Jujitsu Brésilien Yves			

Eveil	2018
Poussinet	2017
Mini-Poussin	2015-2016
Poussin	2013-2014
Benjamin	2011-2012
Minime	2009 - 2010
Cadet	2007- 2008
Junior	2004 - 2006
Senior	2003 et plus

Nous nous réservons le droit de modifier les horaires en début de saison en fonction des effectifs inscrits. Merci de votre compréhension