

DÉBUT DES COURS : LE LUNDI 11 SEPTEMBRE 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
(1) GYM ACTIVE (Gaëlle) Alix 17h30 - 18h30	(6) GYM VITALITE (Bagnols) Adrien 8h45 - 9h45	(10) YOGA (Sabrina) Bagnols 9h15 - 10h30	(16) GYM ACTIVE (Gaëlle) Bagnols 9h00- 10h00	(20) MARCHE NORDIQUE (Didier) 9h15 - 11h15 - Départ défini par l'animateur
(2) PILATES débutants/Intermédiaires (Dominique) Frontenas 17h15 - 18h15	(7) GYM VITALITE (Bagnols) Adrien 9h45 - 10h45	(11) YOGA (Sabrina) Bagnols 10h45 - 12h00	(17) YOGA (Marie) Frontenas 18h30 - 19h45	
(3) PILATES Intermédiaires/débutants (Dominique) Frontenas 18h30 - 19h30	(8) FITNESS (Aude) Bagnols 20h30 - 21h30	(12) PILATES (Dominique) Frontenas 09h15 - 10h30	(18) FITNESS (Clémentine) Bagnols 19h00- 20h00	
(4) PILATES Confirmés (Dominique) Frontenas 19h40 - 20h40	(9) MARCHE NORDIQUE (Didier) 19h00 - 21h00 - Départ défini par l'animateur	(13) STRETCHING (Dominique) Frontenas 10h40 - 11h40	(19) FITNESS RENFORCÉ (Clémentine) Bagnols 20h15- 21h15	
(5) DANSES DU MONDE Bagnols 18h30 - 20h00		(14) QI GONG (Pauline) Frontenas 17h00 - 18h00		
		(15) DECOUVERTE TOUTES DANSES (Clémentine) Bagnols 20h00- 21h00		