



▼ GYM VITALITÉ ▼					
1	LUNDI	17h30-18h30	Salle Barran	Delphine	Stretching
2		17h30-18h30	Salle Hébert 1	Régina	Gym Energy
3		18h30-19h30	Salle Hébert 1	Régina	Gym Energy
4	MARDI	9h00-10h00	Salle Barran	Pascal	Gym Energy
5		10h15-11h15	Salle Barran	Pascal	Gym douce
6		18h00-19h00	Salle Hébert 1	Pascal	Gym Energy
7		19h30-20h30	Gymnase Delaune	Pascal	Gym Energy extérieur/intérieur
8	MERCREDI	10h00-11h00	Salle Barran	Delphine	Body zen
9		11h00-12h00	Salle Barran	Delphine	Body zen
10		19h30-21h00	Salle Delaune haut	Mathieu	Gym Energy 1 h + Stretching ½ h
11	JEUDI	10h00-11h00	Salle Barran	Delphine	Body zen
13		16h30-17h30	Gymnase Joliot Curie	Pascal	Gym douce
14		19h15-20h15	Gymnase Langevin Wallon	Marie Claude	Gym Energy
15	VENDREDI	9h00-10h00	Salle Barran	Pascal	Gym Energy
16		17h30-18h30	Salle Hébert 1	Pascal	Gym Energy
17		18h45-19h45	Salle Barran	Régina	Gym Energy
▼ PILATES ▼					
18	MERCREDI	19h45-20h45	Salle Hébert 2	Odile	Pilates
19	JEUDI	18h30-19h30	Salle Hébert 1	Odile	Pilates
20	SAMEDI	13h30-14h30	Salle Hébert 2	Odile	Pilates
▼ MARCHÉ OXYGÈNE ▼					
21	SAMEDI	9h15-10h15	Lac du Carouge	Régina	Marche Oxygène
▼ FOULÉE DOUCE ▼					
22	LUNDI	14h15-15h45	Lac du Carouge	Stéphanie	Accès libre aux adhérents de la section
▼ GYM' ADAPTÉE ▼					
23	LUNDI	16h30-17h30	Salle Barran	Delphine	Pour contrer ma maladie
12	JEUDI	11h00-12h00	Salle Barran	Delphine	Pour contrer ma maladie