

Calendrier Hebdomadaire

Semaine du 29 Mai



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

8 h 00						Concorde Yin Yoga - Odette
9 h 00		CAS salle 4 - Prisca Gym dynamique	CAS - Aude + Louise Body zen(PT) + barre fit (4)	CAS - Lydie + Pascale 4 Renfo + Body zen	CAS (4) Odette yoga seniors	Concorde Hatha Yoga - Odette
10 h 00		CAS salle 4 - Prisca Gym dynamique	Marche Nordique Roméo avec supplément	Piscine Gym douce - Jurgita	CAS (4) Odette yoga Carpentier Jurgita	
10 h 30						? El Hannouni Renfo - Roméo
11 h 00		CAS - Petit Théâtre Sophie barre au sol				
11 h 30						El Hannouni Stretching - Roméo
12 h 00		CAS salle 5 - Roméo Stretching postural		CAS salle 4 Sophie - Barre au sol		
18 h 00			Piscine Yoga - Odette (30)Truffaut	Bruyères Volley 17h à 20h		(30) St Joseph - Jésabel Cross training
18 h 30/45			Gym zen - Christine			
19 h 00		Truffaut Renfo - Patricia	Bruyères Renfo - Patricia	Ste Geneviève - Violaine renfo full body		
19 h 30			Truffaut Violaine renfo full body			
20 h 00		Truffaut Pilates - Jurgita		Ste Geneviève Yoga - Odette		
20 h 30		El Hannouni - Violaine Renfo Full Body	Truffaut Yoga - Odette			
21 h 00		Truffaut Yoga - Odette				

