

09/01/2024		08-janv	15-janv	22-janv	29-janv	05-févr	12-févr	19-févr	26-févr
<b>Lundi</b>							VACANCES	VACANCES	
09h00 à 9h45	CAS petit théâtre*	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates* Jésabel
09h45 à 10h30	CAS petit théâtre*	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates Violaine	Pilates* Jésabel
10h00 à 11h00	Carpentier	Bodysculpt Aude	Bodysculpt Aude	Bodysculpt Aude	Bodysculpt Aude	Bodysculpt Aude	Renfo-cardio Roméo	Renfo-cardio Roméo	Bodysculpt Aude
18h45 à 19h40	Carpentier	Yoga Odette	Gym_Dynamique Prisca	Yoga Odette	Bodysculpt Aude	Yoga Odette	Renfo. Sandra	Yoga Odette	Gym_Dynamique Prisca
19h00 à 20h00	Ste Geneviève *Vacances Concorde	Gym_Dynamique Prisca	Yoga Odette	Bodysculpt Aude	Yoga Odette	Bodysculpt Aude	Yoga Odette	Cardio-boxing Roméo	Yoga Odette
20h00 à 21h00	Ste Geneviève	Cardio Abd-fess Carol	Cardio Abd-fess Carol	Bodysculpt Aude	Cardio Abd-fess Carol	Cardio Abd-fess Carol	Fermé	Fermé	Cardio Abd-fess Carol
<b>Mardi</b>									
09h00 à 10h00	CAS N° 4	Hatha yoga Odette	Renfo. Sandra	Hatha yoga Odette	Renfo. Sandra	Hatha yoga Odette	Renfo-cardio Roméo	Hatha yoga Odette	Gym_Dynamique Prisca
10h00 à 11h00	CAS N° 4	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie	Renfo. Sandra	Renfo Musculaire Lydie	Renfo-cardio Roméo	Renfo Musculaire Lydie	Gym_Dynamique Prisca
11h00 à 12h00	CAS petit théâtre*	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Pilates Roméo	Pilates Roméo	Barre au sol" Sophie
12h00 à 13h00	CAS N° 4	Feldenkrais Claire	Feldenkrais Claire	Feldenkrais Claire	Feldenkrais Claire	Feldenkrais Claire	Fermé	Fermé	Feldenkrais Claire
19h00 à 20h00	Ste Geneviève *Vacances Concorde	Yoga Odette	Fermé	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette
19h00 à 20h00	Truffaut *Vacances Concorde	Renfo Patricia	Fermé	Renfo Patricia	Renfo Patricia	Renfo Patricia	Fermé	Fermé	Renfo Patricia
20h00 à 21h00	Truffaut *Vacances Concorde	Pilates' Jurgita	Fermé	Pilates' Jurgita	Pilates' Jurgita	Pilates' Jurgita	Pilates' Jurgita	Pilates' Jurgita	Pilates' Jurgita
21h00 à 22h00	Truffaut	Pilates'/stretching Jurgita	Fermé	Pilates'/stretching Jurgita	Pilates'/stretching Jurgita	Pilates'/stretching Jurgita	Fermé	Fermé	Pilates'/stretching Jurgita
20h30 à 21h30	El Hannouni	Renfo Full Body Violaine	Fermé	Renfo Full Body Violaine	Fermé	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Bodysculpt Aude
<b>Mercredi</b>									
09h00 à 10h00	CAS petit théâtre	Body Zen Aude	Body Zen Aude	Body Zen Aude	Body Zen Aude	Body Zen Aude	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Body Zen Aude
09h00 à 10h00	CAS N° 5	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Fermé	Fermé	Yoga doux (yin) Odette
09h00 à 10h00	CAS N° 4	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Renfo Musculaire Lydie	Defoul danse Sandra
19h00 à 20h00	Bruyères	Renfo Patricia	Renfo Patricia	Renfo Patricia	Renfo Patricia	Renfo Patricia	Fermé	Fermé	Renfo Patricia
19h00 à 20h00	Ste Geneviève	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Fermé	Fermé	Yoga doux (yin) Odette
18h30 à 19h30	Truffaut *Vacances Concorde	Pilates Roméo	Gym_Zen Christine	Gym_Zen Christine	Gym_Zen Christine	Gym_Zen Christine	Yoga doux (yin) Odette	Yoga doux (yin) Odette	Gym_Zen Christine
19h30 à 20h30	Truffaut *Vacances Concorde	Stretching/Post Roméo	Pilates Roméo	Stretching/Post Roméo	Pilates Roméo	Stretching/Post Roméo	Pilates Roméo	Stretching/Post Roméo	Pilates Roméo
20h30 à 21h30	Truffaut *Vacances Concorde	Step' Roméo	Cardio-boxing Roméo	Step' Roméo	Cardio-boxing Roméo	Step' Roméo	Renfo-cardio Roméo	Renfo-cardio Roméo	Cardio-boxing Roméo
<b>Jeudi</b>									
09h00 à 10h00	CAS N°9	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie	Hatha yoga Odette	Renfo Musculaire Lydie	Renfo Musculaire Lydie
09h00 à 10h00	CAS petit théâtre	Body-Zen Pascale	Stretching' Pascale	Pilates" Pascale	Body-Zen Pascale	Stretching' Pascale	Renfo Full Body Violaine	Stretching' Violaine	Pilates" Pascale
10h00 à 11h00	Piscine F. Eposito	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita	Gym Douce Jurgita
12h00 à 13h00	CAS N° 4	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Barre au sol" Sophie	Yoga Odette	Yoga Odette	Barre au sol" Sophie
17h00 à 20h00	Bruyères	Volley Loisir	Volley Loisir	Volley Loisir	Volley Loisir	Volley Loisir	Volley Loisir	Volley Loisir	Volley Loisir
18h00 à 19h00	Ste Geneviève *Vacances Concorde	Cardio Abd-fess Carol	Cardio Abd-fess Carol	Cardio Abd-fess Carol	Cardio Abd-fess Carol	Cardio Abd-fess Carol	Fermé	Pilates Violaine	Cardio Abd-fess Carol
19h00 à 20h00	Ste Geneviève *Vacances Concorde	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo Full Body Violaine	Renfo. Sandra
20h00 à 21h00	Ste Geneviève *Vacances Concorde	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Fermé	Yoga Odette
<b>Vendredi</b>									
09h00 à 10h00	CAS N° 9 salle 4 vacances	Yoga senior Odette	Yoga senior Odette	Yoga senior Odette	Yoga senior Odette	Yoga senior Odette	Yoga senior Odette	Pilates' Jésabel	Yoga senior Odette
10h00 à 11h00	CAS N° 9 salle 4 vacances	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Yoga Odette	Stretching" Jésabel	Yoga Odette
10h00 à 11h00	Carpentier	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Defoul danse Sandra	Renfo-cardio Roméo	Defoul danse Sandra
18h30 à 19h30	St Joseph	Crosstraining Jésabel	Crosstraining Jésabel	Crosstraining Jésabel	Crosstraining Jésabel	Crosstraining Jésabel	Fermé	Fermé	Crosstraining Jésabel
<b>Samedi</b>									
08h00 à 09h00	Concorde	Renfo. Sandra	Yoga doux (yin) Odette	Renfo. Sandra	Yoga doux (yin) Odette	Renfo. Sandra	Yoga doux (yin) Odette	Fermé	Yoga doux (yin) Odette
09h00 à 10h00	Concorde	Defoul danse Sandra	Hatha Yoga Sandra	Defoul danse Sandra	Hatha Yoga Sandra	Defoul danse Sandra	Hatha Yoga Sandra	Fermé	Hatha Yoga Sandra
10h30 à 11h30	El Hannouni	CAF Violaine	Renfo-cardio Roméo	CAF Violaine	Renfo-cardio Roméo	CAF Violaine	Renfo-cardio Roméo	Fermé	Renfo-cardio Roméo
11h30 à 12h30	El Hannouni	Pilates Violaine	Stretching Roméo	Pilates Violaine	Stretching Roméo	Pilates Violaine	Stretching Roméo	Fermé	Stretching Roméo