

## CALENDRIER SAISON 2024 - 2025

Début des cours le 9 septembre 2024								
Fin des cours le 30 juin 2025								
JOURS	ANIMATEUR		DACOURY	MERMOZ	LADOUMEGUE Salle de boxe	MESSAGER	PARKING C.CULTUREL	PISCINE
LUNDI	Amélie Amélie Tatiana Tatiana Séverine Séverine Jacqueline	Gym Entretien Gym Entretien <b>Danses en ligne</b> Stretching Gym Entretien <b>Zumba</b> Gym Entretien	10 H - 11 H 11 H - 12 H     20 H 15 - 21 H 15		14 H - 15 H 15 H - 16 H	<b>19 H 30- 20 H 30</b> <b>20 H 30 - 21 H 30</b>		
MARDI	Sophie O Sophie O Sophie O Jacqueline Jacqueline Marie Sophie O	Techn Douces Techn Douces Techn Douces Marche active Gym Entretien <b>Afro Move</b> <b>Step intermédiaires</b>	9 H - 10 H 10 H - 11 H 11 H - 12 H	19 H - 20 H 20 H - 21 H 21 H - 22 H			14 H - 15 H	
MERCREDI	Jacqueline Jacqueline Yann Yann	Marche active Gym entretien <b>Yoga</b> <b>Yoga</b>		18 H - 19 H 19 H - 20 H 20 H - 21 H			9 H - 10 H	
JEUDI	Tatiana Tatiana Sophie P Sophie P Ana Ana Ana	Gym Entretien <b>Pilates</b> Techn Douces Techn Douces Gym Entretien Body Zen <b>Pilates</b>	9 H - 10 H 10 H - 11 H	19 H - 20 H 20 H - 21 H 21 H - 22 H	14 H - 15 H 15 H - 16 H			
VENDREDI	Monique Monique Francine	Gym Entretien Gym Entretien <b>Taï chi</b>				9 H - 10 H 10 H - 11 H 11 H - 12 H 30		
SAMEDI		<b>Aquagym</b>						8 H - 9 H 9 H - 10 H

Les cours en caractères gras (autres que gym d'entretien, techniques douces, stretching, body zen et marche) sont des cours à supplément et nécessitent d'y être inscrits