

	Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi			Samedi		
	Gym	Muscu fitness	Dojo	Gym	Muscu fitness	Dojo	Gym	Muscu fitness	Dojo	Gym	Muscu fitness	Dojo	Gym	Muscu fitness	Dojo	FERMETURE		
8H/9H			école			école												
9H/10H	cross training 9h-9h45	muscu	école	gym tradition	muscu	école	initiation danse 4/6 ans	9h-10h30 chakra yoga / 10h30-12h yin & sounds	gym tradition	muscu	crèche 9h45-10h45	cross training	muscu	pilates				
10H/11H	stretching 9h45-10h15		école	pilates		crèche	modern jazz 6/9 ans				stretching postural 10h45-12h	abdo fessiers		école				
11H/12H	muscu 10h15-12h		école											stretching	école			
12H/13H	cross training 12h30-13h										cross training 12h30-13h							
13H/14H	ménage			ménage			ménage				ménage							
14H/15H	école	ménage	école				école			Judo	ménage		école	école	ménage		école	
15H/16H	école		école					Judo	ménage		école	école	ménage		école			
16H/17H		muscu	école		muscu			Judo		muscu	hata yoga	atelier 1er vendredi du mois yin yoga	muscu					
17H/18H	street Jazz 8/12 ans		judo	bodysculpt			cross training ado 17h30-18h30	Judo										
18H/19H	modern et street Jazz 12/16 ans		judo	cross training				Judo										
19H/20H	modern Jazz pré adultes & adultes			stretching			boxe	pilates	taï ji		18h-18h30 abdo 18h30-20h cross training			gym tradition	kravmaga			

stretching postural - Clarisse
chakra yoga - yn & sounds - Marion
pilates - Sidonie
tai ji - ji gong - Michel
hata yoga - Edith

activités municipales + boxe- Michel
activités municipales - Thibaud
judo - Bernard

Contact : Michel 07 61 51 15 02