



PLANNING HEBDOMADAIRE DES COURS EN SALLE D'ACTIVITÉS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		9h00 - 10h00 Gym globale Hélène			
9h45 - 10h45 Gym globale Hélène		10h15-11h15 Rose Pilates Hélène	10h00 - 11h00 Gym globale seniors Hélène		
12h00 - 13h00 Gym globale Hélène			12h15 - 13h15 Gym globale Hélène	12h00 - 13h00 Gym globale Hélène	
14h45 - 15h45 Gym Zen Dianée	15h00 - 16h00 Gym globale seniors Hélène				
	16h15-17h15 Gym globale Hélène				
			17h30-18h30 Qi -Gong Dianée		
	18h00 - 19h00 Gym globale Hélène		19h00-20h15 Yoga Dianée		
		19h30 - 20h30 Gym Pilates Isabelle			