

SAISON 2024-2025	HORAIRE	COURS SALLE DU TOGO DU 09/09/24 AU 27/06/25	ANIMATEUR
LUNDI	8H50 - 9H50	GYM TONIC	Nathalie
	11H10 - 12H10	GYM DOUCE 	Nathalie
	12H10 - 13H10	GYM DOUCE *	Nathalie
	14H - 17H	RANDONNEE (1semaine sur 2 et 1 samedi /mois)	Danielle
MARDI	9H - 10H	QI GONG 	Philippe
	10H - 11H	PILATES	Bénédicte
	11H - 12H	PILATES *	Bénédicte
MERCREDI	9H - 10H	GYM TONIC CARDIO	Nathalie
	10H - 11H	YOGA - PILATES *	Nathalie
	11H - 12H	STRETCHING *	Marjo
JEUDI	9H - 10H30	YOGA	Véronique
	10H30 - 12H	YOGA *	Véronique
	10H30 - 11H30	LONGE COTE Départ Base Nautique	Christophe
	14H - 15H	DANSE CHOREGRAPHIQUE	Marjorie
VENDREDI	9H - 10H	ZUMBA	Nathalie
	10H - 11H	YOGA - PILATES *	Nathalie
	11H - 12H	STRETCHING	Marjorie
	16H - 17H	AQUA GYM STADE NAUTIQUE A. CHATEIGNER	Christophe

PAS DE COURS VACANCES DE NOEL ET LES 1ERES SEMAINES DES CONGES SCOLAIRES SOIT :

DU 19 AU 27/10/24 - DU 21/12/24 AU 05/01/25 - DU 08/02/25 AU 16/02/25 - DU 05/04/25 AU 13/04/25
 LES COURS MARQUES * SONT DEDOUBLES POUR PLUS DE CONFORT POSSIBLE D'ASSISTER AUX 2 SI EFFECTIF RESPECTE