

PROJET PLANNING 2019/2020

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
08h10-08h55				Stretching	
09h00-09h30				GYM DOUCE DE 9H à 10H15 avec Marie Pierre	Sophrologie
09h30-10h00					
10h00-10h30			EVEIL MOTRICITE enfants de 4 à 6 ans	GYM DE 10H15 à 11h30	
10h30-11h00			Danse enfants avec Patricia		
11h00-11h30					
11h30-12h00					
12h00-13h30					
13h30-14h00					
14h00-14h30					
14h30-15h00	Workout avec Patricia				
15h00-15h30					
15h30-16h00	Sport ball				
16h00-16h30					
16h30-17h00		Multisports enfants 7-11 ans 16 h 40 à 17 h 30 avec S			
17h00-17h30					
17h30-18h00		Tai Chi Chuan avec Françoise			
18h00-18h30					
18h30-19h00					
19h00-19h30					
19h15-20h15		PILATES avec Valérie	Sophrologie (19 h 30 à 21 h) avec Annie		
20h15-21h15	Circuit Cardio Training 20h30 21h30 avec Rodolphe	BODY ZEN			Danse adulte avec Sandrine 20h30 21h30
21h15-21h30					