



GYM SANTE LOISIRS - PROGRAMME 2025-2026

GYM BIEN-ÊTRE	REMISE EN FORME	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		LUNDI	9h00 à 10h00	Maison des Associations	Laurence
			10h15 à 11h15	Maison des Associations	Laurence
			18h00 à 19h00	Suzanne Lenglen	Laurence
			18h45 à 19h45	Maison des Associations	Corinne
			19h45 à 20h45	Maison des Associations	Corinne
		MARDI	17h45 à 18h45	Suzanne Lenglen	Corinne
		MERCREDI	9h00 à 10h00	Maison des Associations	Laurence
			10h15 à 11h15	Maison des Associations	Laurence
		JEUDI	18h30 à 19h30	Maison des Associations	Corinne
			19h30 à 20h30	Maison des Associations	Corinne
		VENDREDI	18h15 à 19h15	Armand Fey	Corinne
	BIEN-ÊTRE	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		MERCREDI	11h30 à 12h30	Maison des Associations	Laurence
	GYM DOUCE	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		JEUDI	9h30 à 10h30	Maison des Associations	Corinne
			10h45 à 11h45	Maison des Associations	Corinne
		VENDREDI	9h30 à 10h30	Maison des Associations	Corinne
			10h45 à 11h45	Maison des Associations	Corinne
	STRETCHING POSTURAL	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		LUNDI	9h15 à 10h15	Salle Cordelle	Marie-Pierre
			10h30 à 11h30	Salle Cordelle	Marie-Pierre
		MERCREDI	9h00 à 10h00	Le Fort	Marie-Pierre
			19h00 à 20h00	Le Fort	Béatrice
		VENDREDI	9h15 à 10h15	Suzanne Lenglen	Marie-Pierre
CARDIO	ZUMBA	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		MERCREDI	18H00 à 19h00	Armand Fey	Corinne
		VENDREDI	19h30 à 20h30	Armand Fey	Corinne
	JAY DANCE	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		MERCREDI	20h30 à 22h00	Armand Fey	Sylvia
	AEROBOXE / HIIT	JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		LUNDI	20h30 à 22h00	Armand Fey	Laëtitia
HATA YOGA		JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		MARDI	17H45 à 19h15	Maison des Associations	Léa
			19h15 à 20h45	Maison des Associations	Léa
PILATES		JOURS	HEURES	SALLES ou GYMNASES	PROFESSEURS
		LUNDI	19h00 à 20h30	Armand Fey	Laëtitia
		MERCREDI	19h00 à 20h30	Armand Fey	Sylvia