

ACTIVITES ADULTES

	LUNDI 26-févr	MARDI 27-févr	MERCREDI 28-févr	JEUDI 29-févr	VENDREDI 01-mars	SAMEDI 02-mars
CENTRE VILLE						
Salle des Chats Ferrés 3 bis rue des Chats ferrés	18h30 RENFORT MUSCULAIRE 19h30 YOGA/STRETCH					
Palais des sports 14 rue Eugène Vignat salle multiactivités 2 (mardi,mercredi)		12h30 PILATES débutant				
SAINT MARCEAU						
Salle de la Cigogne rue Honoré d'Estienne d'Orves	17h30 RENFORT MUSCULAIRE (cours 1h30)	17h15 Gym "bien être" 18h30 HIIT (cours 1h30)	9h00 PILATES débutant 10h00 PILATES intermédiaire 11h00 GYM DOUCE 12h15 YOGA HATA (cours 1h30)	9h30 GYM DOUCE 10h30 PILATES débutant		
CANDOLE						
Salle Paul Gauguin 36 bis av de Saint Mesmin	18h00 PILATES DYNAMIQUE débutant					
BANNIER						
Salle Yves Montand 1 rue Charles Perrault	18h00 CARDIO DANCE 19h00 RENFORT MUSCULAIRE		18h00 TAILLE- ABDOS-FESSIERS 19h00 STRETCHING	18h45 PILATES débutant/intermédiaire		
Gymnase Victor Fouillade rue Jean Bouin salle GRS	18h30 GYM DOUCE	18h30 PILATES avancé 19h30 PILATES intermédiaire				
MADELEINE						
Salle Madeleine 103 faubourg Madeleine		18h15 CARDIO/RENFO/ STRETCH (cours 1h30)				
Maison des Arts Martiaux 28 allée Pierre Chevalier	12h15 PILATES débutant				9h30 Gym séniors "bien vieillir" 10h30 Qi Gong	
SAINT MARC						
Salle Albert Camus 4 place du Champ Saint Marc		18h15 DYNA 19h15 STRETCHING				
ARGONNE						
Argonaute - Salle de danse 75 boulevard Marie Stuart			12h15 PILATES débutant			