

ACTIVITES ADULTES

	LUNDI 17-févr	MARDI 18-févr	MERCREDI 19-févr	JEUDI 20-févr	VENDREDI 21-févr	SAMEDI 22-févr
CENTRE VILLE						
Salle des Chats Ferrés 3 bis rue des Chats ferrés	18h30 RENFORT MUSCULAIRE 19h30 YOGA/STRETCH					
Palais des sports Jean Ros 14 rue Eugène Vignat		12h30 PILATES débutant (salle multiactivités 2)		12h30 PILATES intermédiaire doux (salle de lutte)	11h15 Gym " Santé bien être" (salle multiactivité 2)	
SAINT MARCEAU						
Salle de la Cigogne rue Honoré d'Estienne d'Orves		16h00 Gym "bien être" 17h15 Gym "bien être" 18h30 HIIT (cours 1h30)	9h00 PILATES débutant 10h00 PILATES intermédiaire 11h00 GYM DOUCE 12h00 YOGA HATA	9h30 GYM DOUCE 10h30 PILATES débutant 11h30 GYM DOUCE		
CANDOLE						
Salle Paul Gauguin 36 bis av de Saint Mesmin	18h00 PILATES DYNAMIQUE débutant					
BANNIER						
Salle Yves Montand 1 rue Charles Perrault	18h15 CARDIO DANSE 19h00 RENFORT MUSCULAIRE			18h45 PILATES débutant/interméd		
Gymnase Victor Fouillade rue Jean Bouin salle GRS		18h30 PILATES interméd/confirmé 19h30 PILATES débutant			17h00 PILATES intermédiaire 18h00 PILATES avancé/STRETCH (cours 1h30)	
MADELEINE						
Salle Madeleine 103 faubourg Madeleine		18h05 RENFORT MUSCULAIRE 19h00 STRETCHING				
Maison des Arts Martiaux 28 allée Pierre Chevalier	12h15 PILATES débutant				9h30 Gym sénior "bien vieillir"	
ARGONNE						
Argonaute - Salle de danse 75 boulevard Marie Stuart			12h15 PILATES débutant ouvert à tous			