

ACTIVITES ADULTES GYM FORME BIEN ETRE

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Dance Gold 9H - 10H Barsbüttel Richard		Dance Gold 9H - 10H Barsbüttel Richard	Gym Entretien 8H45 - 9H45 Barsbüttel Jérôme
	Pur Zen 10H05 - 10H35 Barsbüttel Richard	Gym Douce 10H - 11H Barsbüttel Nawel	Pur Zen 10H05 - 10H35 Barsbüttel Richard	Gym Entretien 9H50 - 10H50 Barsbüttel Jérôme
	Stretching 10H40 - 11H40 Barsbüttel Richard	Stretch'Relax 11H05 - 12H05 Barsbüttel Nawel	Stretching 10H40 - 11H40 Barsbüttel Richard	
	Marche 14H - 16H RdV parking Alizé Jeannette, Lisette Yvette et Martine		Marche 14H - 16H RdV parking Alizé Jeannette, Lisette Yvette et Martine	Vélo 14H - 16H RdV parking J. Monnet Jeannette
Gym Entretien 19H30 - 20H30 Barsbüttel Jérémy	Step 19H00 - 20H00 Salle Jean Monnet Alexandra	Gym Entretien 18H15 - 19H15 Barsbüttel Jérémy	Pilates 19H00 - 20H00 Salle Jean Monnet Christine	
Zumba 20H30 - 21H30 Barsbüttel Nawel			Zumba 19H30 - 20H30 Barsbüttel Nawel	

ACTIVITES ENFANTS GYM FORME BIEN ETRE



Mercredi	Jeudi
Multi Sports 15H50 - 16H50 5 - 7 ans Barsbüttel Jérôme	Baby Gym 10H30 - 11H30 Ancienne Bibliothèque Manu
Eveil Corporel 17H - 18H 3 - 4 ans Barsbüttel Jérôme	