



## GYM POUR TOUS RILLIEUX

Contact: gym69140@orange.fr - Tél. 04 72 25 88 82

SAISON 2022/2023 mise à jour janvier 2023

JOURS	COACHS	ACTIVITÉS	HORAIRES	LIEUX
LUNDI	LYDIA	GYM TRAD. ADULT.	8h45 à 9h45 9h45 à 10h45	Tapis Volant salle 6
	ALICIA	GYM TRAD. ADULT.	18h 15 à 19h15 19 h 15 à 20h15	Gymnase CANELLAS
	CENTRE AQUATIQUE ORIGAMI	AQUA GYM	16h à 17h (45mn)	Centre aquatique Loup Pendu
MARDI	LUCIE	GYM DYNAMIQUE SENIOR	9h15 à 10h15 10h15 à 11h15	Salle Polyvalente des Semailles
	ALICIA	GYM DYNAMIQUE	9 à 10h 10 à 11h	Escrime Velette (salle et extérieur) Salle d'Escrime velette
	LYDIA	PILATES	8h45 à 10h15 10h15 à 11h45	Tapis Volant salle 6
MERCREDI	ALRIC	GYM ADULTES	18 h à 19 h 19 h à 20 h	Maison des sports Velette
	MARILYNE	GYM TONIQUE	9 à 10h 10 à 11h	Salle Escrime Velette salle et extérieur 1ère h
JEUDI	ANDREA	GYM SENIOR	9 à 10h 10 à 11h	Salle Polyvalente des Semailles
	MARILYNE	GYM TONIQUE	18h30 à 19h30	Gymnase Canellas
	FABIENNE	GYM DOUCE	19 h à 20 h	Gymnase Alagniers
	JUSTINE	GYM TONIQUE ADULT.	9 à 10h 10 à 11h	Salle polyvalente des Semailles
VENDREDI				

D'autres cours restent en attente en fonction de la demande: gym plein air dynamique, atelier nutrition, gym enfants, gym forme nutrition santé.

Note : Planning établi en fonction des attributions des gymnases et salles municipales, susceptible d'évolutions

jmr/11/01/2023