

A partir du lundi
05/09/2022

Saison 2022/2023
Planning hebdomadaire des activités proposées

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h00 - 11h00		10h00 - 12h00	9h15 - 10h15	10h00 - 11h00		9h00 - 12h00
Gym dynamique <i>Rachel</i>		Marche rapide/sportive	Gym douce <i>Stretching (*)</i> <i>Rachel</i>	Gym dynamique <i>Step (*)</i> <i>Rachel</i>		Marche
Salle Multisports		Lieu de départ de la randonnée	Salle Multisports	Salle Multisports		Lieu de départ de la randonnée

15h45 - 16h45

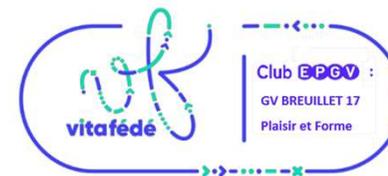
Gym douce <i>Body Zen (*)</i> <i>Bruna</i>
Salle Multisports

19h45 – 20h45

Gym dynamique <i>Cardio (*)</i> <i>Virginie</i>
Salle Multisports

20h15 - 21h15

Gym dynamique <i>Renforcement musculaire (*)</i> <i>Virginie</i>
Salle Multisports



Voir le site internet pour le calendrier détaillé de toutes les activités

<http://www.gv-breuillet-17.com>

contact@gv-breuillet-17920.com

(*) En italique :
séances à thème selon un calendrier convenu avec les animatrices