Tal' la Forme

# Planning prévisionnel 2017 - 2018

## Lundi

| Salle d'animation | La Requinque Les Passerelles | Salle yoga Mairie |
|---|---|---|
| | Complet | Yoga |
| | Pilates | |
| Multi sports CE2 - CM2 | | |
| Line Dance - Country Débutants | | |
| Line Dance - Country Confirmés | | |
| Escalade adulte | | Yoga |

8h30 – 16h15 – 17h15 – 17H45 – 18H45 – 20h00 – 22h00

## Mardi

| Salle d'animation | La Requinque Les Passerelles | Les Barbelous Les Passerelles | Salle yoga Mairie |
|---|---|---|---|
| Gym traditionnelle | | | |
| Gym allégée | | | |
| Cirque Complet | | | |
| Cirque Complet | | | |
| Cirque Complet | | | |
| | Pilates | Street Dance - Raggaton | |
| | | Danses latines - Rock adulte | Qi Gong |
| Gym tonique + renfo. musculaire | | | Qi Gong |

8h30 – 8h45 – 9h45 – 10h00 – 11h00 – 12h00 – 16h00 – 17h00 – 18h00 – 19h15 – 19h30 – 20h45 – 18h00 – 19h00 – 20h15 – 21h45

## Mercredi

| Salle d'animation | La Requinque Les Passerelles | Salle yoga Mairie |
|---|---|---|
| | Stretching | |
| | Complet | Yoga |
| Zumba adulte + renfo. musculaire | Stretching | |
| Escalade adulte - ados | | |

8h45 – 9h45 – 18h30 – 19h45 – 20h30 – 20h45

## Jeudi

| Salle d'animation | La Requinque Les Passerelles | Salle yoga Mairie |
|---|---|---|
| | Stretching Complet | |
| | | Yoga |
| Renforcement musculaire | | |
| Gym tonique | | Complet |

10h15 – 11h15 – 14h15 – 15h30 – 19H00 – 20h00 – 21h00 – 10h00 – 11h00 – 14h15 – 15h30 – 19h30 – 20h45