Tal' la Forme

Planning prévisionnel 2017 - 2018

Lundi

Salle d'animation	La Requinque Les Passerelles	Salle yoga Mairie
8h30 – 22h00		Yoga (8h30 – 9h45)
	Pilates (9h45 – 11h00)	
Multi sports CE2 - CM2 (16h15 – 17h15)		
Line Dance - Country Débutants (17H45 – 18H45)		
Line Dance - Country Confirmés (18H45 – 20h00)		
Escalade adulte (20h00 – 22h00)		Yoga (19h30 – 20h45)

Mardi

Salle d'animation	La Requinque Les Passerelles	Les Barbelous Les Passerelles	Salle yoga Mairie
Gym traditionnelle (8h45 – 9h45)			
Gym allégée (10h00 – 11h00)			
Cirque 3-5 ans CP (16h00 – 17h00)			
Cirque CE1 - CE2 (17h00 – 18h00)			
Cirque CM1 - CM2 (18h00 – 19h15)			
Gym tonique + renfo. musculaire (19h15 – 20h45)	Pilates (18h00 – 19h00)	Street Dance - Raggaton (18h00 – 19h00)	
		Danses latines - Rock adulte (19h00 – 20h15)	Qi Gong (19h00 – 20h15)
			Qi Gong (20h15 – 21h45)

Mercredi

Salle d'animation	La Requinque Les Passerelles	Salle yoga Mairie
8h45 – 9h45	Stretching (8h45 – 9h45)	
Zumba adulte + renfo. musculaire (19h00 – 20h30)		Yoga (18h30 – 19h45)
	Stretching (19h45 – 20h45)	
Escalade adulte - ados (20h30 – 21h00)		

Jeudi

Salle d'animation	La Requinque Les Passerelles	Salle yoga Mairie
	Stretching (10h15 – 11h15)	
		Yoga (14h15 – 15h30)
Renforcement musculaire (19h00 – 20h00)		
Gym tonique (20h00 – 21h00)		Yoga (19h30 – 20h45)