



SERVICE SPORTS LOISIRS
PRINTEMPS 2024

PLANNING SPORTIF VACANCES ADULTES SENIORS

DU 15 AU 20 AVRIL

LUNDI

10H 11H
GYM BÂTONS
Gymnase Capeyron
Patricia et Cécile

11H 12H
STRETCHING
Gymnase Capeyron
Cécile et Patricia

18H 19H
FIT ZUM DANSE
Gymnase Capeyron
Homam et Elouan

19H 20H
SPECIAL HAUT DU CORPS
Gymnase Capeyron
Elouan et Faustine

19H 20H30
BEACH TENNIS
Gymnase Paul Langevin
Livie et Cécile

MARDI

10H 11H
STEP
Gymnase Capeyron
Elouan et Faustine

11H 12H
WOD TRAINING
Gymnase Capeyron
Livie et Elouan

14H 16H
BIATHLON NORDIQUE
Bois du Burck
Dominique et Cécile

18H 19H
CIRCUIT TRAINING
Gymnase Capeyron
Cécile et Mohamed

19H 20H
BOOTCAMP
Gymnase Capeyron
Mohamed et Cécile

MERCREDI

10H 11H
POWER YOGA
Gymnase Capeyron
Carine et Cécile

11H 12H
POWER ATTACK
Gymnase Capeyron
Cécile et Patricia

18H 19H
GYM/PARKOUR
Annexe Gisèle Halimi
Cécile et Elouan

19H 20H
GYM SUÉDOISE
Annexe Gisèle Halimi
Elouan et Cécile

19H 20H30
TCHOUKBALL
Gymnase Capeyron
Livie

JEUDI

10H 11H
RUN & RENFO
Stade Athlé Robert Brettes
Livie et Cécile

11H 12H
RUGBY FLAG
Stade Athlé Robert Brettes
Cécile et Livie

15H 16H
JEUX EN BOIS
Parc du Vivier - Mairie
Livie

18H30 20H
URBAN TRAINING
rdv Maison des Associations
Cécile et Elouan

VENDREDI

10H 11H
TESTS DE FORME
Gymnase Capeyron
Livie et Cécile

11H 12H
CAF STRETCHING
Gymnase Capeyron
Cécile et Livie

SAMEDI

10H 11H
TRAIL
Centre Simon Signoret Canejan
Livie
minimum 10km/h pour vous inscrire

HELLO
spring

LES COURS EN "ROUGE" SONT SUR
INSCRIPTION AUPRES DE LIVIE

