

PILATES	SOPHRO	GYM 17 - PLANNING DES COURS 2024/25		
GYMNASTIQUE	STRETCHING	GYM DOUCE	YOGA	ZUMBA

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
9h / 10h	Natty <i>Gym</i> Gymnase Fragonard (Niv -1)		Morgan / Paul (*) <i>Gym</i> Gymnase Bd de Reims	Valérie <i>Gym</i> Gymnase Bd de Reims	Paul <i>Gym</i> Gymnase Bd de Reims	
10h / 11h	Natty <i>Stretching</i> Gymnase Fragonard (Niv -1)	10h45 / 11h45 SomRaj <i>Yoga</i> Gymnase B.Lafay (1 ^{er})	(*) chaque mois : Morgan : 1 ^{er} mercredi Paul : 2 ^{ème} à 4 ^{ème} mercredi	Valérie <i>Stretching</i> Gymnase Bd de Reims	Pauline <i>Gym douce</i> Gymnase B. Lafay	Paul <i>Stretching</i> Gymnase Bd de Reims
11h / 12h				11h30 / 12h30 Pauline <i>Gym douce</i> Bd de Reims	Valérie <i>Sophro</i> Gymnase Bd de Reims	Pauline <i>Pilates</i> Gymnase B. Lafay
12h / 13h						
17h / 18h		Natty <i>Zumba</i> Gymnase B Lafay (RDC / salle danse)				
18h / 19h		Natty <i>Gym</i> Gymnase B Lafay (RDC / salle danse)		Paul <i>Gym</i> Gymnase B Lafay (RDC / salle Gym)		
19h / 20h	Françoise <i>Fitness</i> Ecole Dautancourt		Omella <i>Pilates</i> Ecole St Ange			