

PLANNING HEBDOMADAIRE saison 2024/2025

	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi
Matin / Après-midi	M	A-M	M	A-M	M	A-M	M	A-M	M	A-M	Fin après-midi
Aquagym	😊	😊		😊	😊	😊			😊😊		
Badminton											😊
Bowling				😊😊							😊😊
Danse salon, en ligne, de groupe				😊😊							😊😊😊
Golf		😊😊					😊	😊😊	😊		
Gym gratuite « tonique »	😊		😊😊				😊				
Gym gratuite « douce »	😊😊		😊				😊				
Marche Aquatique Côtière							😊				
Marche nordique	😊										
Pétanque		😊				😊				😊	
Pilates								😊😊			
Randonnée et marche douce				😊😊				😊		😊😊	
Self défense			😊								
Sophrologie			😊								
Taï Chi				😊							
Tennis et Padel de loisir		😊😊									
Tennis de table	😊				😊		😊		😊		
Tir à l'arc		😊							😊		
Yoga		😊😊		😊							

😊 = 1 séance - M = Matin - A-M = Après-midi