

SAISON SPORT SENIORS 2022-2023

-	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
09h00 - 09h30		Douce: 09H15 - 10H15 Active: 10H30 - 11H30 GYM SENIORS		09H00 - 10H00 YOGA	Active: 09H00 - 10H00 Douce: 10H00 - 11H00 GYM SENIORS
09h30 - 10h00					
10h00 - 10h30					
10h30 - 11h00					
11h00 - 11h30					DOUX: 11H00 - 12H00 ACTIF: 12H30 - 13H30 YOGA
11h30 - 12h00			11H45 - 12H45 PSYCHOMOTRICITE SENIORS		
12h00 - 12h30					Active: 12H45 - 13H45 AQUAGYM
12h30 - 13h00					
13h00 - 13h30					
13h30 - 14h00					
14h00 - 14h30					
14h30 - 15h00					
15h00 - 15h30		Douce: 15H00 - 16H00 AQUAGYM		Douce: 15H00 - 16H00 AQUAGYM	
15h30 - 16h00					
16h00 - 16h30					
16h30 - 17h00					
17h00 - 17h30					
17h30 - 18h00					
18H00 - 18H30		Active: 18H00 - 19H00 AQUAGYM			
18h30 - 19h00					
19h00 - 19h30		Active: 19H15 - 20H15 GYM SENIORS			
19h30 - 20h00					
20H00 - 20H30					

AQUAGYM
GYM SENIORS
PSYCHOMOT SENIORS
YOGA

Infos (tarifs, réservations...) :

02 352 98 83, service culturel des Seniors (du lundi au vendredi de 8h30 à 11h30)