

Planning des Activités

Activités	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
	Matin	Après midi	Matin	Après midi	Matin	Après midi	Matin	Après midi	Matin	Après midi
La marche nordique	9 h 00/ 11 h 15 *						9 h 00 / 11 h 15 *			
Le Vélo		14 h 30/ 16 h30 *								14 h 30/ 16 h 30 *
Les Activités dansées			10 h 00/ 11 h 15 *							
La randonnée									9 h 00/ 11 h 15 *	
L'aquagym						16 h 00/ 16 h 30		17 h 00/ 17 h 30		
l'aquabike								14 h 00/ 14 h 45		
L'atelier mémoire et le scrabble								15 h 00/ 16 h 00 **		
Le Body balance				14 h 30/ 15 h 30						
La musculation et cardio-training				14 h 30/ 16 h 00						

* Sauf vacances scolaires et fêtes

** = sauf 2^{ème} jeudi de chaque mois

Mis à jour le : 17/10/13 22:20