

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
– Centre Marie -Thérèse EYQUEM – L'ECHAT – 01 56 72 94 60 –					
	12h15	12h00	12h15	12h	9h00
	Aurélien Entretien Dynamique	Valérie Stretching Postural	Aurélien Entretien Dynamique	Anthony Entretien Dynamique	Anthony Renforcement Musculaire
17h30		13h00	17h30		10h00
Joanne Gym Douce		Valérie Stretching Postural	Valérie Stretching Postural		Emilie Pilates 1
18h30			18h30		11h00
Joanne Body - Sculpt Body - Fit			Valérie Stretching Postural		Emilie Pilates 2
– Salle Polyvalente – bd OUDRY – LE PORT – 01 43 39 91 27 –					
12h15		12h15			
Aurélien Entretien Dynamique		Aurélien Entretien Dynamique			
– René RENAUD – 7 rue des écoles – VILLAGE – 01 42 07 79 52 –					
	12h30 Joanne Yoga				
	17h30		17h30	18h	
	Anthony Dynamique		Anthony Dynamique	Émilie Pilâtes 1	
– LA LEVRIERE – Gymnase Rue F. de Lesseps – 01 42 07 65 34 –					
		18h00			
		Esmy Modern Jazz			
		19h15			
		Esmy Zumba			

Durée des séances : 1 heure, sauf précision contraire
Les séances 'bleues' sont des séances 'douces'