

PLANNING SPORT SANTE 2022-2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
A 9h - 10h PILATES LEA	F 9h-10h15 CHI QONG NIV 2 LORENZO	A 9h-10h YOGA NIV 2 NATACHA	F 9h-10h15 CHI QONG NIV 1 LORENZO		SG 9h-10h CARDIO'BOXING TOM
A 10h - 11h GYM DOUCE LEA	F 10h15-11h30 CHI QONG NIV 1 LORENZO	A 10h-11h YOGA NIV 1 NATACHA	SG 10h - 11h GYM DOUCE CAMILLE	L 9h-11h00 MARCHE NORDIQUE NIV 1 TOM	SG 10h-11h PILATES TOM
A 11h-12h PILATES SANTE LEA	V 11h-12h PILATES SANTE MAGALI R.	V 10h-11h GYM DOUCE LEA	F 10h15-11h30 CHI QONG SANTE LORENZO		
T 11h-12h30 TENNIS SANTE VALERIE	P 13h30-15h30 MARCHE NORDIQUE NIV 2 MATTHIEU	SD 12h30 - 13h30 PILATES TOM	T 11h-12h30 TENNIS SANTE VALERIE	P 13h30-15h30 MARCHE NORDIQUE NIV 2 MATTHIEU	
B 12h30-13h30 BASKET SANTE GUILLAUME			C 18h-19h30 BADMINTON SANTE TIMOTHEE	P 15h30-16h30 MARCHE NORDIQUE SANTE NIV 1 MATTHIEU	
R 18h30-19h30 RUGBY SANTE MARTIN	P 15h30-17h30 MARCHE NORDIQUE NIV 1 MATTHIEU	F 18h30-19h30 CARDIO RENFO CARL	F 18h30-19h30 CROSS TRAINING CARL	P 16h30-17h30 MARCHE NORDIQUE SANTE NIV 2 MATTHIEU	
F 18h30-19h30 PILATES NIV 2 CARL	F 18h30-19h30 CAF VALENTINE	F 19h30-20h30 ZUMBA CARL	F 18h30-19h30 CROSS TRAINING CARL	F 18h30-19h30 SWISSBALL CARL	
A 18h30-19h30 SOPHROLOGIE SOLINE	F 19h30-20h30 ZUMBA VALENTINE		F 19h30-20h30 YOGA NATACHA	F 19h30-20h30 ZUMBA CARL	
F 19h30-20h30 ZUMBA CARL					

COMPLEXE JEAN BOUIN

A ALGECO

F SALLE FITNESS

T TERRAIN TENNIS

R TERRAIN RUGBY

B GYMNASSE BERGASSE

COMPLEXE SAINTS ANGES

SG SALLE GYMNASSE

SD SALLE DANSE

C GYMNASSE DES CAILLOLS

L LUMINY

P PARC PASTRÉ

V COURS EN VISIO



Réservation obligatoire pour chaque cours avec l'application "Mon CLUB"  - sport.sante@smuc.fr