

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	Samedi	
10:00	Stretching Salle de Danse / Vaillant			Yoga-Relaxation Salle de Danse / Vaillant		Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	
10:30							
11:00							
11:30	Stretching Salle de Danse / Vaillant					Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	
12:00							
12:30					Equilibr'Age Salle de Danse / Caillebotte		Circuit training Salle de Danse / Vaillant
13:00		Gymnastique douce Salle de Danse / Caillebotte					
13:30					Equilibr'Age Salle de Danse / Caillebotte		
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00		Aquagym Piscine / centre nautique			Marche active		
16:30			Jeux traditionnels Salle de Danse / Vaillant	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune			
17:00							
17:30	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	Tennis de Table Santé Salle Joliot Curie	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	Aquagym Piscine / centre nautique	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune
18:00							
18:30			Yoga-Relaxation Salle de Danse / Vaillant		Gymnastique douce Salle sport co / Caillebotte	Haltéro'forme Salle de musculation / Delaune	Gymnastique douce Salle sport co / Caillebotte
19:00	Gymnastique douce Salle de Danse / Vaillant	Jeux traditionnels Salle sport co / Caillebotte					
19:30		Bilans	Yoga-Relaxation Salle de danse / Vaillant		Bilans	Circuit training Salle de Danse / Vaillant	Bilans
20:00	Circuit training Salle de Danse / Vaillant						
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							