

Saison 2026-2027

PLANNING DE COURS

2 séances découvertes offertes

LUNDI

SALLE DE DANSE

Renf. Musculaire
18h à 19h
Marie

FITNESS
19h à 20h
Marie

MARDI

SALLE DE DANSE

PILATES
12h30 à 13h20
Marie

MERCREDI

SALLE MULTISPORTS

ZUMBA
18h10 à 19h
Khrishma

**Approfondissement
musculaire/mobilité**
19h à 20h
Khrishma

JEUDI

SALLE DE DANSE

BODY-SCULPT
12h30 à 13h20
Anne-Sophie

**Activité physique
adaptée (APA)**
(Max. 15 personnes)
17h à 18h
Vanessa

GYM FORME
18h à 19h
Vanessa

TONIC GYM
19h à 20h
Vanessa

SAMEDI

SALLE DE DANSE

BABY-GYM
(9m-2.5 ans)
9h à 10h
Vanessa

GYM ENFANTS
(3-6 ans)
10h à 11h
Vanessa

PILATES
11h10 à 12h10
Vanessa

Salle de danse : 1er étage

Salle multisports : Rez-de-chaussée

RENSEIGNEMENTS:

 06.60.75.18.73 / 06.62.79.78.23

 assgvpourtous@gmail.com