Organisation et horaires des activités de Santé Bien-être saison 2024-2025

	MARCHE NORDIQUE		GYM BIEN-ETRE							RUNNING LOISIR
	Douce	**Loisir & confirmé**	**PILATES SWISSBALL**	**PILATES CONFIRME**	**PILATES / GYM DOUCE**	**PILATES & YOGA**	**STRECHING RELAXATION**	**HATAH YOGA**	**FITNESS LOISIR**	**Débutant & Loisir**
Lundi		9h15-11h15	**19h05-20h05** Confirmé		**18h00-19h00** Pilates		**20h10-21h10**		**18h45-20h00**	9h30-11h00 18h30-20h
Mardi	9h30-11h00	18h45-20h30								18h30-20h
Mercredi			**20h10-21h10**	**19h05-20h05**	**9h30-10h30** Pilates	**10h35-11h45**				9h30-11h00 17h15-18h45 18h30-20h00
Jeudi		18h45-20h30			**10h35-11h35** Gym douce **18h00-19h00** Pilates			**9h15-10h30** **19h05-20h20**	**18h45-20h00**	18h30-20h
Vendredi		9h15-11h15								18h30-20h
Samedi		9h00-11h00								9h30-11h00