

PLANNING Gym agrès et sol ENFANTS, ADOS 2025 - 2026

MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
9H00 - 10h00 GYM 7 - 8 ans <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	17H30 / 18h30 Groupe Compétition Jeunesse/Aînée (2011-2012-2013-2014)(2010 et avant) <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	14h -15h GYM 5 - 6 ans <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU
10H00 - 11h00 GYM 9 - 10 ans <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	18h30-19h30 GYM - 12 ans et plus <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU	15h -16h GYM 11 - 12 ans <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU
11H00 / 12h00 Groupe Compétition POUSSINES (2015-2016-2017-2018) <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU		16h10-17h BABY GYM 3 - 4 ans <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU

PLANNING DES COURS ADULTES 2025 – 2026

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	10H00 PILATES DOUX <i>STEPHANIE</i> St EVARZEC	10H00 PILATES DOUX <i>STEPHANIE</i> St EVARZEC	
12H30 BODY TRAINING <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU	12H15 FIT BALL PILATES <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU	12H15 BODY TRAINING <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU	12H30 YOGA PILATES <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU
18h00-19h00 HIIT CARDIO TRAINING <i>FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU		18H15 HIIT CARDIO BOXING <i>FLORENCE</i> SALLE 7 BREHOULOU	18h30 PILATES <i>FLORENCE</i> SALLE 6 BREHOULOU
19h00-20h00 FIT BALL PILATES <i>FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU		19H15 PILATES <i>FLORENCE</i> SALLE 7 BREHOULOU	