

PLANNING COURS GYM ENFANTS/ADOS/ADULTES 2023-2024

Gym au sol, agrès

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
17H30 - 18h30 GYM 8-10 ans <i>AUDREY /</i> Salle 3 BREHOULOU		13h15-14h15 GYM 6-8 ans <i>AUDREY /</i> Salle agrès KERVIHAN		17h30-18h30 GYM 10-12 ans <i>AUDREY /</i> Salle 3 BREHOULOU
18H30 / 19h30 GYM Adultes Ado à partir de 12 ans <i>AUDREY</i> Salle 3 BREHOULOU		14h15-15h15 GYM 4-5 ans <i>AUDREY /</i> Salle agrès KERVIHAN		18h30-20h Spécial Compétition <i>AUDREY /</i> Salle 3 BREHOULOU
		15h25-16h05 BABY GYM 2-4 ans <i>AUDREY /</i> Salle agrès KERVIHAN		

PLANNING COURS ADULTES 2023 - 2024

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	10H00 GYM DOUCE <i>STEPHANIE</i> St EVARZEC	10H00 GYM DOUCE <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
18h30-19h30 GYM ADULTES ADO à partir de 12 ans agrès / sol <i>AUDREY</i> Salle 3 BREHOULOU		18H15 HIIT CARDIO BOXING <i>FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	
	20h FIT BALL PILATES <i>ELLIOT</i> salle 2 BREHOULOU	19H15 PILATES <i>FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	