

PLANNING Gym agrès et sol ENFANTS, ADOS 2025 - 2026

MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
9H00 - 10h00 GYM 7 - 8 ans (2018-2017) <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	17H30 / 18h30 Groupe Compétition Jeunesse (2011-2012-2013-2014) <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	14h00 -15h00 GYM 5 - 6 ans (2019-2020) <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU
10H00 - 11h00 GYM 9 - 10 ans (2015-2016) <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU	18h30-19h30 GYM ados (avant 2013) <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU	15h00 -16h00 GYM 11 - 12 ans (2013-2014) <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU
11H00 / 12h00 Groupe Compétition POUSSINES (2015-2016-2017-2018) <i>MANON / FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU		16h10-17h00 BABY GYM 3 - 4 ans (2021-2022) <i>MANON</i> Salle 3 BREHOULOU

PLANNING DES COURS ADULTES 2025 – 2026

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
	10H00-11h00 PILATES DOUX <i>STEPHANIE</i> St EVARZEC	10H00-11h00 PILATES DOUX <i>STEPHANIE</i> St EVARZEC	
12H30-13h30 BODY TRAINING <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU	12H15-13h15 FIT BALL PILATES <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU	12H15-13h15 BODY TRAINING <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU	12H30-13h30 YOGA PILATES <i>STEPHANIE</i> Salle 2 BREHOULOU
18h00-19h00 HIIT CARDIO TRAINING <i>FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU		18H15-19h15 HIIT CARDIO BOXING <i>FLORENCE</i> SALLE 3 BREHOULOU	18h30-19h30 PILATES <i>FLORENCE</i> SALLE 6 BREHOULOU
19h00-20h00 FIT BALL PILATES <i>FLORENCE</i> Salle 3 BREHOULOU		19H15-20h15 PILATES <i>FLORENCE</i> SALLE 7 BREHOULOU	