

PREVISIONNEL PLANNING DES COURS 2026 / 2027

JOURS SALLES		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
ADULTES	JAS DE GOUIN	9h00 - 10h00 Valérie Renforcement musculaire 10h00 - 11h 00 Valérie Gym Posturale 14h00 - 15h00 Gym détente Colomba	9h 00 - 10h 00 Latino Colomba 10h00 - 11h 00 Stretching Colomba		9h00 - 10h00 Valérie Renforcement musculaire 10h00 - 11h 00 Valérie Gym Posturale 14h00 - 15h00 Latino - Colomba	9h00 - 10h00 Colomba Renforcement musculaire 10h0 - 11h00 Latino Colomba	Motivée 
	GYMNASE JONQUIERE			18h30 - 19h30 Renforcement musculaire Jimmy	20h- 21h Zumba adultes Jimmy		
	MAISON DES ARTS	18h30 - 19h30 Afrovibe Stéphanie	18h30 - 19h30 Zumba adultes Jimmy 19h30 - 20h30 Latino adultes Jimmy			<i>Allez, on se bouge</i>	
ADOS - ENFANTS	GYMNASE JONQUIERE			13h30 - 14h30 Gym premiers pas Jimmy 14h30 - 15h30 Gym Intermédiaire Jimmy 15h30 - 16h30 Gym avancée Jimmy 16h30 - 17h30 hip-hop Jimmy 17h30 - 18h30 Zumba enfant Jimmy	17h - 18h Baby Hip Hop Jimmy 18h - 19h Hip Hop Avancé Jimmy 19h - 20h Hip Hop Compétition Jimmy		9h30 - 10h15 Eveil Gym Parents Enfants 4/5 ans G Juliette- Margot 10h15 - 11h00 Eveil Gym Parents Enfants 2/3 ans G2 Juliette- Margot 11h00 - 11h45 Eveil Gym Parents Enfants 3/4 ans Juliette-Margot
	MAISON DES ARTS		17h30 - 18h30 Hip Hop Intermédiaire Jimmy 20h30- 21h30 Hip Hop Compétition 1 semaine sur 2 Jimmy				
GRS	GYMNASE JONQUIERE	17h - 18h30 Compétition niveau 1 17h - 19h Compétition Benji-min 18h30 - 20h30 Compétition Cad/J/S Valérie	17h - 20h Compétition Benji/min 18h - 21h Compétition Cad/J/S Valérie			17h - 18h30 Loisirs 18h30 - 20h Compétition niveau 1 18h30 - 20h30 Compétition Benji/min 19h - 21h Compétition Cad/J/S Valérie	