

NOUVEAU PLANNING DES COURS 2023 / 2024

JOURS		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
SALLES							
ADULTES	JAS DE GOUIN	9h00 - 10h00 Renforcement musculaire Valérie 14h00 - 15h00 LIA/GYM Colomba	9h 00 - 10h 00 Latino Colomba 10h00 - 11h 00 Stretching Colomba		9h00 - 10h00 Renforcement musculaire Valérie 14h00 - 15h00 LIA/GYM Colomba	9h00 - 10h00 Renforcement musculaire Colomba 10h0 - 11h00 Latino Colomba	
	GYMNASSE JONQUIERE			18h30 - 19h30 Renforcement musculaire Jimmy	20h- 21h ZUMBA adultes Jimmy		
	MAISON DES ARTS		18h30 - 19h30 ZUMBA adultes Jimmy 19h30 - 20h30 LATINO adultes Jimmy			17h15 - 20h00 MAJORETTES Jessica	
ADOS - ENFANTS	GYMNASSE JONQUIERE		17h00 -20h00 MAJORETTES Jessica	13h30 - 14h30 Gym premiers pas Jimmy 14h30 - 15h30 Gym Intermédiaire Jimmy 15h30 - 16h30 Gym avancée Jimmy 16h30 - 17h30 Zumba Jimmy 17h30 - 18h30 Hip hop niveau 2 - Jimmy	17h - 18h Baby Hip Hop Jimmy 18h - 19h Hip Hop niveau 3 Jimmy 19h - 20h Hip Hop niveau 4 Jimmy		10h15 - 11h00 Eveil Gym Parents Enfants 4/5 ans G1 Kévin / Sylvain 11h00 - 11h45 Eveil Gym Parents Enfants 2/3 ans G2 Kévin / Sylvain
	MAISON DES ARTS		17h30 - 18h30 Hip Hop niveau 1 Jimmy				
GRS	GYMNASSE JONQUIERE	17h - 18h30 Compétition niveau 1 17h - 19h Compétition benji-min 18h30 - 20h30 Compétition Cad/J/S Valérie		19h30 - 21h30 Compétition Cad/J/S Valérie		17h - 18h Loisirs 18h - 19h30 Compétition niveau 1 18h - 20h Compétition benji/min 19h - 21h Compétition Cad/J/S Valérie	