

ACTIVITES	lundi	mardi	mercredi	jeudi	Vendredi
AQUAGYM	H. de Montherlant 11h30 à 13h00 avec Laurent	Léon Biancotto 11h30 à 12h30 <u>A partir du 15 11 2021</u>		Léon Biancotto 11h30 à 12h30 <u>A partir du 15 11 2021</u>	
AQUAGYM	La Plaine 11h30 à 12h30 avec Bernadette				
NATATION	La Plaine 12h30 à 13h 30 avec Bernadette				
DANSE MODERN'JAZZ					Suchet 15h à 16h avec Catherine
GYMNASTIQUE	Suchet 11h00 à 12h00 avec Héléne	Suchet 11h à 12h avec Anne-Marie	Suchet 10h à 11h et Biancotto 13h à 14h avec Jérémy		C3B 10h à 11h Avec Anne Marie
MAINTIEN EN FORME	Nouvelle Athènes 15h à 16h avec Anne-Marie		Nouvelle Athènes 12h à 13h avec Anne-Marie	Cévennes 15h à 16h Avec Catherine	
GYM DOUCE BARRE AU SOL	Roquépine 16h15 à 17h15 Aavec Hanae				Suchet 14h à 15h avec Catherine
PILATES	Roquépine 15h15 à 16h15 Avec Hanae	Vaugirard-Littré 16h15 à 17h15 avec Maxime		Jacqueline Auriol 15h30 à 16h 30 Avec Maxime	
	A.Malraux 16h30 à 17h30 Avec Johan			Suchet 15h à 16h Avec Anne-Marie	
SOPHROLOGIE		Vaugirard-Littré 17h15 à 18h avec Frédérique (Mme)			
STRETCHING POSTURAL			Suchet 11h à 12h Avec Lana		
STRETCHING			Biancotto 14h à 15h Avec Jérémy	Jacqueline Auriol 14h30 à 15h30 Avec Maxime	
				Cévennes 16h à 17h avec Catherine	
TAÏ CHI CHUAN		Suchet 14h à 15h avec Jean-Philippe			
		A.Malraux 16h à 17h avec Jean-Philippe			
QI GONG				Nouvelle Athènes 12h à 13h Avec Christine	
				Suchet 14h à 15h Avec Jean-Philippe	
YOGA	Nouvelle Athènes 11h30 à 12h 30 avec Marie	Suchet 15h à 16h avec Anne-Marie			C3B 11h à 12h avec Anne-Marie
	16h à 17h avec Anne-Marie				
PETANQUE	C3B 11h à 12h avec Anne Marie		Pelouse d'Auteuil 14h à 17h		
MARCHE NORDIQUE	Bois de Boulogne Porte Dauphine 9h30 à 11h30 avec Vrej prêt bâtons pour essai	Bois de Boulogne Porte Dauphine 9h30 à 11h30 avec prêt bâtons pour essai	4 parcours différents Suivant programme 9h30 à 11h30 avec Philippe sans prêt bâtons	4 parcours différent Suivant programme 9h30 à 11h30 avec Philippe sans prêt bâtons	
RANDONNEE PEDESTRE	A la journée ou à la demi-journée suivant programme trimestriel commun avec le club RSP. Randos RSPO : avec Philippe.				