

ACTIVITES	lundi	mardi	mercredi	jeudi	Vendredi
AQUAGYM	H de Montherlant 11h30 à 13h00 avec Laurent	Léon Biancotto 12h à 13h avec Christophe		Léon Biancotto 12h à 13h avec Aurélien	
	T et J Brulé 11h à 12h avec Rachel				
NATATION	T et J Brulé 10h à 11h avec Rachel				
DANSE MODERN'JAZZ		Vaugirard Littré 16h15 à 17h15 Avec Eva			
GYMNASTIQUE Maintien en forme GMF	Suchet 11h00 à 12h00 avec Ariane	Suchet 11h à 12h avec Angel COMPLET	Suchet 10h à 11h Biancotto 13h à 14h avec Jérémie		
	J Bravo 15h à 16h avec Barbara		J Bravo 12h à 13h Avec Ariane	Cévennes 15h à 16h Avec Catherine	
GYM DOUCE BARRE AU SOL	Roquépine 16h15 à 17h15 Avec Hanae				Suchet 14h à 15h avec Catherine
PILATES	Roquépine 15h15 à 16h15 Avec Hanae			Jacqueline Auriol 15h30 à 16h30 Avec Maxime	C3B 10h à 11h Avec Barbara
				Suchet 15h à 16h avec Céline	
SOPHROLOGIE		Vaugirard-Littré 17h15 à 18h avec Monique			
STRETCHING POSTURAL			Suchet 11h à 12h Avec Marie Annick		
STRETCHING			Biancotto 13h à 14h avec Jérémie	Jacqueline Auriol 14h30 à 15h30 avec Maxime	
				Cévennes 16h à 17h avec Catherine	
TAÏ CHI CHUAN		Suchet 14h à 15h avec Jean-Philippe			
QI GONG				Nouvelle Athènes 12h à 13h avec Christine	
				Suchet 14h à 15h avec Jean-Philippe	
YOGA	J Bravo 11h30 à 12h30 avec Marie	Suchet 15h à 16h avec Pablo			C3B 11h à 12h avec Pablo
	16h à 17h avec Pablo				
PETANQUE	C3B 11h à 12h avec Pablo				Suchet 15h à 16h avec Caroline
			Pelouse d'Auteuil 14h à 17h avec Jacqueline		
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 Caroline prêt bâtons pour essai	4 parcours différents Suivant programme 9h30 à 11h30 avec Philippe et Alain prêt bâtons pour essai	4 parcours différents Suivant programme 9h30 à 11h30 avec Philippe et Alain prêt bâtons pour essai	
RANDONNEE PEDESTRE	A la journée ou à la demi-journée suivant programme trimestriel. Avec Philippe.				