



Renseignements 06 86 38 34 73 anne-marie.forissier@orange.fr -
francoise.sermeze@gmail.com forest.christelle@wanadoo.fr - michele.cesa@orange.fr

Début des cours : Lundi 09 Septembre 2024

Fin de saison : Jeudi 12/06/2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
10h30/11h15 Yako' Attitude (Qi Gong Pilates Yoga) L'Hopital le Grand Avec Sophie	9h/10h GYM Dynamique Crainvilleux Avec Martine	9H/10H45 Marche Nordique Avec Sophie	10h/11h Body Sculpt L' Hopital le Grand Avec Sophie
20h/21h BODYZEN UNIAS		20h/21h Gym Cardio Renforcement Musculaire Crainvilleux Avec Carole	19h30/20h30 GYM Mixte Cross Training Fitball Crainvilleux Avec Raphaël <hr/> 19h30/20h30 PILATES Unias Avec Frédérique