



<b>LUNDI</b>	<b>PILATES 1</b> Tiphaine	<b>PILATES 2</b> Tiphaine	<b>ZUMBA</b> Julie	<b>BODY SCULPT</b> Dan	
	9H00/9H45 MJC CANOURGUES	9H45/10H30 MJC CANOURGUES	12H15/13H00 GYMNASÉ ÉCOLE BRESSONS	18H30/19H30 GYMNASÉ ÉCOLE LURIAN	
<b>MARDI</b>	<b>MARCHE ACTIVE</b> Dan	<b>PILATES</b> Julie	<b>YOGA</b> Tiphaine	<b>YOGA</b> Tiphaine	<b>RENFO MUSCULAIRE</b> Éric
	8H15/9H45 EN MILIEU NATUREL	14H15/15H15 MJC CANOURGUES	17H00/18H00 SALLE THERMOS BEL AIR	18H00/19H00 SALLE THERMOS BEL AIR	19H00/20H00 SALLE THERMOS BEL AIR
<b>MERCREDI</b>	<b>PLANNING</b> <b>GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE SALON</b> <b>2022/2023</b>			<b>RENFO MUSCULAIRE</b> Éric	
				19H00/20H00 GYMNASÉ ÉCOLE MICHELET	
<b>JEUDI</b>	<b>AQUAGYM</b> Christophe	<b>QI GONG</b> Tiphaine	<b>TOTAL BODY</b> Julie	<b>PILATES</b> Margot	<b>CARDIO BODY</b> <b>TRAINING</b> Margot
	7H30/8H15 PISCINE CANOURGUES	14H15/15H15 MJC CANOURGUES	15H30/16H30 MJC CANOURGUES	18H00/19H00 SALLE SAINT CÔME	19H00/20H00 SALLE SAINT CÔME
<b> VENDREDI</b>	<b>MARCHE NORDIQUE</b> Dan	<b>PILATES</b> Isa	<b>OXY'MARCHE</b> Isa	<b>STRETCHING</b>	<b>STREET WORKOUT</b> <i>(Sept-Oct/Avril-Juin)</i>
	8H30/10H00 EN MILIEU NATUREL	11H00/12H00 MJC CANOURGUES	14H00/16H00 EN MILIEU NATUREL	18H00/19H00 GYMNASÉ ÉCOLE LURIAN	19H00/20H00 EN MILIEU NATUREL
<b>LES COULEURS DES COURS</b>	<b>LES COURS DE PILATES</b>	<b>LES COURS ZEN ATTITUDE</b>	<b>LES COURS TONIQUES</b>	<b>LE COURS EN PISCINE</b>	<b>LES MARCHES</b>