

ADGB PLANNING DES COURS 2021/2022



ASSL
Acheneau Club

COMMUNE	N°	JOUR	HEURE	ANIMATEUR	TYPE	LIEU	Code Tarif
1 - Bouaye	1	Lundi	16 h 30	Véronique	Pilates	Salle Jacqueline Auriol	A
	2	Lundi	18 h 05	Noémie	Gym dynamique	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	3	Lundi	19 h 10	Rachel	Gym dynamique	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	4	Lundi	20 h 15	Rachel	Stretching	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	5	Lundi	20 h 30	Cécile	Stretching postural 1h15	Salle René Gautier (Salle danse)	B
	6	Lundi	20 h 30	Maud	Gym Dance	Salle Jacqueline Auriol	B
	7	Mardi	18 h 15	Véronique	Gym dynamique	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	8	Mardi	19 h 30	Ingrid	Zumba	Salle René Gautier (Salle gym)	B
	9	Mardi	19 h 30	Sophie	Qi-gong 1h30	Salle Jacqueline Auriol	C
	10	Mardi	20 h 30	Caroline	Pilates	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	11	Mercredi	10 h 00	Cécile	Stretching postural 1h15	Salle Jacqueline Auriol	B
	12	Mercredi	17 h 45	Jessica	Pilates	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	13	Mercredi	18 h 50	Jessica	Stretching Actif	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	14	Mercredi	19 h 55	Jessica	Gym dynamique	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	15	Mercredi	21 h 00	Véronique	Pilates	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	16	Jeudi	18 h 05	Rachel	Pilates	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	17	Jeudi	19 h 10	Chrystelle	Gym dynamique	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	18	Jeudi	20 h 15	Ingrid	Zumba	Salle Jacqueline Auriol	B
	19	Vendredi	10 h 00	Edouard	Gym dynamique	Salle Jacqueline Auriol	A
	20	Vendredi	18 h 05	Maud	Gym dynamique	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	21	Vendredi	19 h 10	Maud	Gym Dance	Salle René Gautier (Salle gym)	B
	22	Vendredi	20 h 15	Maud	Pilates	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	23	Samedi	9 h 00	Véronique/Edouard	Gym-Pilates	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	24	Samedi	10 h 05	Véronique/Edouard	Body Tonic	Salle René Gautier (Salle gym)	A
	25	Samedi	11 h 10	Véronique/Edouard	Musculation Homme	Salle René Gautier (Salle gym)	A
2 - Brains	26	Lundi	10 h 30	Véronique	Gym douce	Salle municipale (Joseph Albert)	A
	27	Lundi	19 h 15	Noémie	Stretching	Salle municipale (Joseph Albert)	A
	28	Mardi	10 h 30	Véronique	Stretching	Salle municipale (Joseph Albert)	A
3 - Port St Père	29	Jeudi	10 h 30	Véronique	Gym douce	Salle municipale (Joseph Albert)	A
	30	Vendredi	10 h 30	Véronique	Stretching	Salle municipale (Joseph Albert)	A
	31	Lundi	19 h 15	Jessica	Gym dynamique	Salle des associations (mairie)	A
4 - St léger les	32	Lundi	20 h 25	Jessica	Stretching	Salle des associations (mairie)	A
	33	Jeudi	14 h 30	Véronique	Pilates	Salle des associations (mairie)	A
	34	Jeudi	19 h 00	Ingrid	Zumba	Salle de l'école publique	B
	35	Lundi	14 h00	Sophie	Qi-gong 1h30	Salle Polyvalente	C
36	Lundi	17 h 00	Jessica	Gym Dynamique	Salle Polyvalente	A	
37	Lundi	20 h 30	Emmanuel	Tai Chi-Chuan 1h30	Salle Polyvalente	C	
38	Lundi	18 h 00	Jessica	Pilates	Salle Polyvalente	A	
39	Lundi	19 h 15	Maud	Pilates	Salle Polyvalente	A	
40	Mardi	18h15	Ingrid	Zumba	Salle Polyvalente	B	
41	Mardi	19 h 30	Véronique	Gym dynamique	Salle Polyvalente	A	
42	Mardi	20 h 30	Véronique	Pilates	Salle Polyvalente	A	

Important !
Les cours
auront lieu
sous réserve
d'effectif
suffisant

**En gras :les
nouveautés :**
changements
de lieu, ou de
prof ou
d'horaire .

**Salle René
Gautier =**
ex salle des
Ormeaux