

# ACTIVITES SPORTIVES ET BIEN ÊTRE( hors tennis de table)

## DATES DERNIERS COURS 2023/2024

### **COURS DU LUNDI**

QI GONG	LAURENCE. AUBERT	27/05/2024
GYM MUSIQUE 1	NOLWEN LELIEVRE	27/05/2024
STRETCHING 1	NOLWEN LELIEVRE	27/05/2024

### **COURS DU MARDI**

GYM MUSIQUE 2	SUZANNE BAUE	14/05/2024
STRETCHING 2	SUZANNE BAUE	14/05/2024
GYM DOUCE 1	LAURENT FOURNIER	28/05/2024
STRETCHING 3	LAURENT FOURNIER	28/05/2024
SELF DEFENSE	FRANCK ANDRES	28/05/2024
MEDITATION	CHRISTINE LEMOINE	14/05/2024
MARCHE NORDIQUE	JULIEN GENDRE	à confirmer

### **COURS DU MERCREDI**

YOGA 1	FRANCINE DURVY	22/05/2024
PILATES	NICOLA FAVIER	15/05/2024
MARCHE NORDIQUE	JULIEN GENDRE	à confirmer

### **COURS DU JEUDI**

YOGA 2	SYLVIE ROBE	16/05/2024
YOGA 3	SYLVIE ROBE	16/05/2024
SOPHROLOGIE 1	DOMINIQUE VOISIN	16/05/2024
SOPHROLOGIE 2	DOMINIQUE VOISIN	16/05/2024
GYM MUSIQUE3	SUZANNE BAUE	16/05/2024
STRETCHING 4	SUZANNE BAUE	16/05/2024
GYM DOUCE 2	LAURENT FOURNIER	23/05/2024
STRETCHING 5	LAURENT FOURNIER	23/05/2024
ZUMBA	ELODIE COUSSOT	à confirmer
GOLF DEBUTANTS	MARIE CHRISTINE SAVAROC	à confirmer
GOLF INITIES	MARIE CHRISTINE SAVAROC	à confirmer

### **COURS DU VENDREDI**

TAI CHI	ZERBIB CORINNE	28/06/2024
AQUATONIC G1	SIRENA CARPIQUET	19/04/2024
AQUATONIC G2	SIRENA CARPIQUET	24/05/2024