



S.L.C. (Sport - Loisirs – Culture) - ACTIVITES PROPOSEES POUR LA SAISON 2025/2026

LIEU	ACTIVITE	ANIMATEUR	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Centre Aquatique	AQUAGYM	Donovan			10h à 10h45 10h45 à 11h30		
		Elisabeth					10h à 10h45 11h à 11h45
G. GOSNAT	GYM D'ENTRETIEN	Rémi	8h30 à 9h30				
	ETIREMENT		9h30 à 10h30				
	GYM D'ENTRETIEN		10h30 à 11h30				
	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Abdellatif		9h30 à 10h30			9h à 10h
	RENFORCEMENT / ETIREMENT			10h30 à 11h30			10h à 11h
	GYM DOUCE	Rémi		11h30 à 12h30			
COUNTRY	Kady					17h00 à 18h00 18h00 à 19h00	
LAKANAL	GYM D'ENTRETIEN	Rémi	14h à 15h				
	PILATES		15h à 16h				
	GYM D'ENTRETIEN	Eléonore		8h30 à 9h30			
	ETIREMENT			9h30 à 10h30			
	GYM D'ENTRETIEN			10h30 à 11h30			
	YOGA	Valérie					8H30 à 9h30 9h40 à 10h40 10h50 à 11h50
GABRIEL PERI	ETIREMENT	Thaïs	8h45 à 9h45				
	GYM D'ENTRETIEN		9h45 à 10h45				
	ETIREMENT		10h45 à 11h45				
M. THOREZ	COUNTRY	KADY		20h15 à 21h15			
	LINE DANSE			20H15 à 21h15			
	TAI CHI	Valérie	12h00 à 13h30				
	PING PONG	Activité libre	17h00 à 19h00				17h00 à 19h00
M V A	Danses de Couples : LATINES et STANDARD	Carole			9h30 à 10h30 (D)		
				10h30 à 11h30	10h30 à 11h30		
E S V	JEUX DE SOCIETE			14h00 à 16h30			
	RANDONNEES (2 groupes distincts)					toute la journée	