

PLANNING DES ACTIVITES - SAISON 2017-2018



Démarrage des activités le Lundi 11 septembre 2017

Tous nos intervenants sont expérimentés et / ou diplômés

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
Danse	ÉVEIL DANSE enfants	17h15/18h15					
	GRS Loisirs (2008-2010)			13h30/14h30			
	GRS Loisirs (2005-2007)			14h30/15h30			
	GRS (compét.) enfants/ados	18h/20h		15h45/17h15	18h/20h30		
	HIP HOP (enfants/ados)		18h/19h				
	MODERN JAZZ enfants				17h/18h		
	MODERN JAZZ ados				18h/19h30		
	MODERN JAZZ adultes		20h15/21h45				
	ZUMBA kids			15h30/17h30			
	CABARET Danse adultes			18h30/19h30			
	CABARET Troupe adultes			19h30/21h			
							10h45/11h30
Fitness	Cuisses/Abdos/Fessiers					10h45/11h30	
	GYM DOUCE adultes	10h/11h					
	STRETCHING adultes	10h/11h					
	ZUMBA kids 6-10 ans			15h30/16h30			
	ZUMBA kids 11-15 ans			16h30/17h30			
	ZUMBA adultes				18h30/19h15	10h/11h30	
	Strong by ZUMBA adultes				19h15/20h15		
Sport combat	KARATÉ enfants		14h/15h				
	TAEKWONDO enfants (4-6ans)		17h15/18h15				
	TAEKWONDO enfants (6-12ans)		18h15/19h15				
	TAEKWONDO adultes		19h15/20h45				
Développement personnel	YOGA adultes			8h30/10h			
	YOGA adultes			10h15/11h45			
	YOGA adultes			19h/20h30	stages matin ou jour		
	SOPHROLOGIE ET Mindfulness	18h30/20h					
	TAI JI QUAN (confirmés) adultes			18h30/19h45			
	TAI JI QUAN (début.+2°an) adult.			19h45/21h			
	ARTHÉRAPIE adultes	sous forme de stage : Date à venir					
	GYM PILATES base adultes	9h/10h	18h30/19h30 19h30/20h30	8h30/9h30			
GYM PILATES perf adultes			9h30/10h30 18h/19h				
BALADE DES GENS HEUREUX				9h30/10h30	(2 fois/mois)		
Expression	FRANÇAIS (ASSFAM) adultes		14h/16h				
	ANGLAIS (débutants) adultes			18h/19h			
	ANGLAIS (interméd.) adultes			19h/20h30			
	ANGLAIS (confirmés) adultes			20h30/21h30			
	ESPAGNOL (initiation) adultes	19h/20h					
	Café des habitants adultes			14h/17h			
	Livre vagabond adultes.	Aux heures d'ouverture de la MJC / CS					
	LUDOTHÈQUE enf/ado/adult			14h/18h			
Connaissance	GÉNÉALOGIE adultes		14h/16h				
	OENOLOGIE adultes			20h/23h30 (1 fois/mois)			
	ESPACE NUMÉRIQ adultes	9h/11h		9h/11h			
	INFORMATIQUE					10h/11h	



