



PLANNING 2020/2021



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9h00 à 10h00 Gym'Plurielle®	Pour nous contacter Privilégiez le mode de communication par mail. Merci	9h00 à 10h00 Gym'Plurielle®	9h10 à 10h10 Body Zen	
	10h15 à 11h15 Actigym' séniors®	 contact@slogv.com	10h05 à 11h05 Actigym' séniors®	10h20 à 11h20 Gym'Pilates®	10h00 à 12h00 Stages
	11h20 à 12h20 Gym Douce	 06 63 59 06 75	11h10 à 12h10 Gym Douce		
				15h à 16h Marche Nordique* 12h réparties sur l'année	Le cours de Marche Nordique du vendredi ouvrira plus tard
15h45 à 16h45 Gym Bien Être		14h00 à 15h15 Ados (à partir de la 6ème)		16h30 à 17h30 Gym Bien Être	
		15h30 à 16h30 Récréa'Gym®CE2 / CM2			
		16h45 à 17h45 Gym 3 pommes® Petits et Moyens	17h30 à 18h30 Gym 3 pommes / Grands et CE1		
18h30 à 19h30 Gym Pilâtes (débutants)		20h à 21h ZUMBA®	19h30 à 20h30 STRETCHING		
19h35 à 20h35 Gym Pilâtes (experts)	20h à 21h Gym'Plurielle				
				Retrouvez toutes nos infos  www.slogv.com  www.facebook.com/slogv31	
 Retrouvons-nous vite : 3 bis avenue François Mitterrand 31470 Saint Lys					