







PLANNING 2021/2022



Les cours débuteront lundi 13 septembre 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
Pour nous contacter Privilégiez le mode de communication par mail. Merci  contact@slogv.com  06 63 59 06 75	9h00 à 10h00 Gym'Plurielle®	9h30 à 10h30 Gym câline	9h00 à 10h00 Gym'Plurielle®	9h15 à 10h15 Bien Être NEW !	10h00 à 12h00 Stages
	10h15 à 11h15 Actigym' séniors®		10h05 à 11h05 Actigym' séniors®	10h20 à 11h20 Gym'Pilates® NEW !	
	11h20 à 12h20 Gym Douce		11h10 à 12h10 Gym Douce	11h30 à 12h30 Bien Être NEW !	
 www.slogv.com  www.facebook.com/slogv31	14h15 à 15h15 Marche Nordique (en cas d'intempérie, 1 cours de gym en salle aura lieu sur le même créneau horaire) NEW !	14h00 à 15h15 Ados (à partir de la 6ème)			
		15h30 à 16h30 Récréa'Gym®CE2 / CM2			
	17h à 18h Gym 3 pommes® CP/CE1	16h45 à 17h45 Gym 3 pommes® Petits / Moyens	17h à 18h Gym 3 pommes® Moyens / Grands		
	18h30 à 19h30 Gym'Pilates® débutants	18h50 à 19h50 BODY ZEN NEW !		19h30 à 20h30 STRETCHING	19h à 20h Cardio + renfo musculaire NEW !
19h35 à 20h35 Gym'Pilates® "experts"	20h05 à 21h05 Gym'Plurielle	20h à 21h ZUMBA®		20h à 21h Gym posturale NEW !	



Retrouvons-nous vite : entrée par le parking Rue du Presbytère 31470 Saint Lys (bâtiment au fond à droite)