







PLANNING 2022/2023



Les cours débiteront lundi 12 septembre 2022

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®	9h00 à 10h00 Bien Être dynamique	10h00 à 12h00 Stages
	10h10 à 11h10 Actigym' séniors®		10h10 à 11h10 Actigym' séniors®	10h10 à 11h10 Gym'Pilates®	
	11h20 à 12h20 Gym Douce	11h20 à 12h20 Gym Douce	11h20 à 12h20 Bien Être cool		
 www.slogv.com  www.facebook.com/slogv31	14H 15 à 15H15 Marche Nordique (en cas d'intempérie, 1 cours de gym en salle aura lieu sur le même créneau horaire)	14h00 à 15h15 Ados CM2 + collègue			
		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®	18h50 à 19h50 Stretching Zen			19h à 20h Cardio + renfo musculaire	
19h35 à 20h35 Gym'Pilates®	20h05 à 21h05 Gym'Plurielle	20h à 21h ZUMBA®	19h30 à 20h30 Stretching	20h à 21h Gym posturale	



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