

septembre 2022	
J	1
V	2
S	3
D	4
L	5
M	6
M	7
J	8
V	9
S	10
D	11
L	12 2 séances
M	13 Gym Enfant + LIA
M	14 3 séances
J	15
V	16
S	17
D	18
L	19 2 séances
M	20 Gym Enfant + LIA
M	21 3 séances
J	22
V	23
S	24
D	25
L	26 2 séances
M	27 Gym Enfant + LIA
M	28 3 séances
J	29
V	30

octobre 2022	
S	1
D	2
L	3 2 séances
M	4 Gym Enfant + LIA
M	5 3 séances
J	6
V	7
S	8
D	9
L	10 2 séances
M	11 Gym Enfant + LIA
M	12 3 séances
J	13
V	14
S	15
D	16
L	17 2 séances
M	18 Gym Enfant + LIA
M	19 3 séances
J	20
V	21
S	22
D	23
L	24 2 séances
M	25 LIA
M	26 3 séances
J	27
V	28
S	29
D	30
L	31

novembre 2022	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7 2 séances
M	8 Gym Enfant + LIA
M	9 3 séances
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14 2 séances
M	15 Gym Enfant + LIA
M	16 3 séances
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21 2 séances
M	22 Gym Enfant + LIA
M	23 3 séances
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28 2 séances
M	29 Gym Enfant + LIA
M	30 3 séances

décembre 2022	
J	1
V	2
S	3
D	4
L	5 2 séances
M	6 Gym Enfant + LIA
M	7 3 séances
J	8
V	9
S	10
D	11
L	12 2 séances
M	13 Gym Enfant + LIA
M	14 3 séances
J	15
V	16
S	17
D	18
L	19
M	20
M	21
J	22
V	23
S	24
D	25
L	26
M	27
M	28
J	29
V	30
S	31

janvier 2023	
D	1
L	2
M	3 Gym Enfant + LIA
M	4 3 séances
J	5
V	6
S	7
D	8
L	9 2 séances
M	10 Gym Enfant + LIA
M	11 3 séances
J	12
V	13
S	14
D	15
L	16 2 séances
M	17 Gym Enfant + LIA
M	18 3 séances
J	19
V	20
S	21
D	22
L	23 2 séances
M	24 Gym Enfant + LIA
M	25 3 séances
J	26
V	27
S	28
D	29
L	30 2 séances
M	31 Gym Enfant + LIA

3 séances :

10h-11h : Gym sénior
 11h-12h : Stretching
 17h45-18h45 : Renforcement musculaire

2 séances :

10h45-11h45 : Gym douce
 18h45-19h45 : Cardio Fit

février 2023	
M 1	3 séances
J 2	
V 3	
S 4	
D 5	
L 6	2 séances
M 7	Gym Enfant + LIA
M 8	3 séances
J 9	
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	2 séances
M 14	LIA
M 15	3 séances
J 16	
V 17	
S 18	
D 19	
L 20	
M 21	
M 22	
J 23	
V 24	
S 25	
D 26	
L 27	2 séances
M 28	Gym Enfant + LIA

mars 2023	
M 1	3 séances
J 2	
V 3	
S 4	
D 5	
L 6	2 séances
M 7	Gym Enfant + LIA
M 8	3 séances
J 9	
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	2 séances
M 14	Gym Enfant + LIA
M 15	3 séances
J 16	
V 17	
S 18	
D 19	
L 20	2 séances
M 21	Gym Enfant + LIA
M 22	3 séances
J 23	
V 24	
S 25	
D 26	
L 27	2 séances
M 28	Gym Enfant + LIA
M 29	3 séances
J 30	
V 31	

avril 2023	
S 1	
D 2	
L 3	2 séances
M 4	Gym Enfant + LIA
M 5	3 séances
J 6	
V 7	
S 8	
D 9	
L 10	
M 11	Gym Enfant + LIA
M 12	3 séances
J 13	
V 14	
S 15	
D 16	
L 17	2 séances
M 18	LIA
M 19	3 séances
J 20	
V 21	
S 22	
D 23	
L 24	
M 25	
M 26	
J 27	
V 28	
S 29	
D 30	

mai 2023	
L 1	
M 2	Gym Enfant + LIA
M 3	3 séances
J 4	
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	
M 9	Gym Enfant + LIA
M 10	3 séances
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	2 séances
M 16	Gym Enfant + LIA
M 17	3 séances
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	2 séances
M 23	Gym Enfant + LIA
M 24	3 séances
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	Gym Enfant + LIA
M 31	3 séances

juin 2023	
J 1	
V 2	
S 3	
D 4	
L 5	2 séances
M 6	Gym Enfant + LIA
M 7	3 séances
J 8	
V 9	
S 10	
D 11	
L 12	2 séances
M 13	Gym Enfant + LIA
M 14	3 séances
J 15	
V 16	
S 17	
D 18	
L 19	
M 20	
M 21	
J 22	
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	
M 27	
M 28	
J 29	
V 30	

Cardio Fit
Gym enfant

30
32

Gym douce
Gym sénior

30
35

Stretching

35

L.I.A.

Renforcement musculaire

34

35