

septembre 2025	
L 1	
M 2	
M 3	
J 4	
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	
M 9	
M 10	
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	Gym douce
M 16	Gym petit +Renf
M 17	2 séances
J 18	Gym grand
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	Gym douce
M 23	Gym petit +Renf
M 24	2 séances
J 25	Gym grand
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	Gym douce
M 30	Gym petit +Renf

octobre 2025	
M 1	2 séances
J 2	Gym grand
V 3	
S 4	
D 5	
L 6	Gym douce
M 7	Gym petit +Renf
M 8	2 séances
J 9	Gym grand
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	Gym douce
M 14	Gym petit +Renf
M 15	2 séances
J 16	Gym grand
V 17	
S 18	
D 19	
L 20	Gym douce
M 21	Renforcement
M 22	2 séances
J 23	
V 24	
S 25	
D 26	
L 27	X
M 28	
M 29	
J 30	
V 31	

novembre 2025	
S 1	
D 2	
L 3	Gym douce
M 4	Gym petit +Renf
M 5	2 séances
J 6	Gym grand
V 7	
S 8	
D 9	
L 10	Gym douce
M 11	
M 12	2 séances
J 13	Gym grand
V 14	
S 15	
D 16	
L 17	Gym douce
M 18	Gym petit +Renf
M 19	2 séances
J 20	Gym grand
V 21	
S 22	
D 23	
L 24	Gym douce
M 25	Gym petit +Renf
M 26	2 séances
J 27	Gym grand
V 28	
S 29	
D 30	

décembre 2025	
L 1	Gym douce
M 2	Gym petit +Renf
M 3	2 séances
J 4	Gym grand
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	Gym douce
M 9	Gym petit +Renf
M 10	2 séances
J 11	Gym grand
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	Gym douce
M 16	Gym petit +Renf
M 17	2 séances
J 18	Gym grand
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	
M 31	

janvier 2026	
J 1	
V 2	
S 3	
D 4	
L 5	Gym douce
M 6	Gym petit +Renf
M 7	2 séances
J 8	Gym grand
V 9	
S 10	
D 11	
L 12	Gym douce
M 13	Gym petit +Renf
M 14	2 séances
J 15	Gym grand
V 16	
S 17	
D 18	
L 19	Gym douce
M 20	Gym petit +Renf
M 21	2 séances
J 22	Gym grand
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	Gym douce
M 27	Gym petit +Renf
M 28	2 séances
J 29	Gym grand
V 30	
S 31	

Lundi : 10h45-11h45 : Gym douce

Mardi : 16h45-18h15 : Gym enfant petit

Mardi : 18h45-19h45 : Renforcement musculaire

2 séances : 10h-11h : Gym sénior

Mercredi 11h-12h : Stretching

Jeudi : 17h-17h45 Gym enfant grand

février 2026	
D 1	
L 2	Gym douce
M 3	Gym petit +Renf
M 4	2 séances
J 5	Gym grand
V 6	
S 7	
D 8	
L 9	Gym douce
M 10	Gym petit +Renf
M 11	2 séances
J 12	Gym grand
V 13	
S 14	
D 15	
L 16	Gym douce
M 17	Renforcement
M 18	2 séances
J 19	
V 20	
S 21	
D 22	
L 23	X
M 24	
M 25	
J 26	
V 27	
S 28	

mars 2026	
D 1	
L 2	Gym douce
M 3	Gym petit +Renf
M 4	2 séances
J 5	Gym grand
V 6	
S 7	
D 8	
L 9	Gym douce
M 10	Gym petit +Renf
M 11	2 séances
J 12	Gym grand
V 13	
S 14	
D 15	
L 16	Gym douce
M 17	Gym petit +Renf
M 18	2 séances
J 19	Gym grand
V 20	
S 21	
D 22	
L 23	Gym douce
M 24	Gym petit +Renf
M 25	2 séances
J 26	Gym grand
V 27	
S 28	
D 29	
L 30	Gym douce
M 31	Gym petit +Renf

avril 2026	
M 1	2 séances
J 2	Gym grand
V 3	
S 4	
D 5	
L 6	
M 7	Gym petit +Renf
M 8	2 séances
J 9	Gym grand
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	Gym douce
M 14	Renforcement
M 15	2 séances
J 16	
V 17	
S 18	
D 19	
L 20	X
M 21	
M 22	
J 23	
V 24	
S 25	
D 26	
L 27	Gym douce
M 28	Gym petit +Renf
M 29	2 séances
J 30	Gym grand

mai 2026	
V 1	
S 2	
D 3	
L 4	Gym douce
M 5	Gym petit +Renf
M 6	2 séances
J 7	Gym grand
V 8	
S 9	
D 10	
L 11	Gym douce
M 12	Gym petit +Renf
M 13	2 séances
J 14	
V 15	
S 16	
D 17	
L 18	Gym douce
M 19	Gym petit +Renf
M 20	2 séances
J 21	Gym grand
V 22	
S 23	
D 24	
L 25	
M 26	Gym petit +Renf
M 27	2 séances
J 28	Gym grand
V 29	
S 30	
D 31	

juin 2026	
L 1	Gym douce
M 2	Gym petit +Renf
M 3	2 séances
J 4	Gym grand
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	Gym douce
M 9	Gym petit +Renf
M 10	2 séances
J 11	Gym grand
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	Gym douce
M 16	Gym petit +Renf
M 17	2 séances
J 18	Gym grand
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	X
M 23	
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	

Gym enfant petit 31
Gym enfant grand 31

Gym douce 33
Gym sénior 35

Stretching 35
Renforcement musculaire 34

X

Rattrapage éventuel