



EMPLOI DU TEMPS • PASS GYM V2 • 2024/2025



		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
MATIN		DAO YIN 09h00 - 10h15 Salle Activités [Sabine C.]	ZUMBA 10h00 - 11h00 Salle Expres 1 [Nathalie M.]	CARDIO BOXE 09h00 - 09h45 Salle Expres 2 [Jesabel A.]	GYM SÉNIORS 09h00 - 10h00 Atrium [Marie-Thérèse D.]	MORNING YOGA 08h30 - 09h30 Visio [Andréa B.]		TCAF 09h00 - 09h30 Salle Expres 2 [Magalie B.]	DO IN 09h15 - 10h30 Salle Expres 1 [Julien M.]	MARCHE ACTIVE 09h00 - 10h45 Bois de Chaville [Nathalie M.]	BODY SCULPT 09h00 - 09h45 Salle Expres 1 [Anne-Sophie R.]	CAF 09h00 - 10h00 Salle Expres 1 [Zakia A.]	
		STRETCHING 12h15 - 13h00 Salle Expres 2 [Zakia A.]	HATHA YOGA 12h30 - 13h30 Visio / Salle Expres 1 [Andréa B.]	HIIT 09h45 - 10h30 Salle Expres 2 [Jesabel A.]	HATHA YOGA 10h15 - 11h30 Gymnase A.Halimi [Micheline C.]				QI GONG 11h00 - 12h15 Salle Expres 2 [Anna M.]	PILATES 10h30 - 11h15 Salle Expres 1 [Jesabal A.]	HIIT 09h45 - 10h30 Salle Expres 1 [Anne-Sophie R.]	CARDIO ATTACK 10h00 - 11h00 Salle Expres 1 [Zakia A.]	
				GYM BALLON 13h15 - 14h15 Salle Expres 1 [Andréa B.]	PILATES 10h30 - 11h15 Salle Expres 2 [Jesabal A.]					PILATES 11h15 - 12h00 Salle Expres 1 [Jesabal A.]	HATHA YOGA 10h30 - 11h45 Salle Activités [Micheline C.]	HATHA YOGA 12h15 - 13h30 Salle Expres 1 [Selvi L.]	
										CARDIO BOXE 12h00 - 13h00 Salle Expres 1 [Jesabal A.]			
SOIR		GYM DOS / GYM BALLON 18h30 - 19h15 Salle Expres 2 [Catherine J.]	LIA 18h30 - 19h15 Salle Expres 1 [Magalie B.]		FIT DANCE BALL 18h00 - 19h00 Salle Expres 2 [Julie A.]	CROSS TRAINING 19h00 - 19h45 Salle Expres 1 [Catherine J.]	BARRE AU SOL TRADITIONNELLE 20h15 - 21h30 Salle Expres 2 [Julie A.]	BODY FORME 18h30 - 19h30 Salle Expres 1 [Jesabel A.]	DO IN 18h45 - 20h00 Salle Activités [Julien M.]				
		CARDIO ATTACK / INTERVAL 20h00 - 20h45 Salle Expres 2 [Catherine J.]	VOLLEY BALL 20h30 - 22h00 Gymnase Léo Lagrange [Autonomie]	BARRE AU SOL TRADITIONNELLE 20h15 - 21h30 Salle Expres 2 [Julie A.]	FIT & ZEN 20h30 - 21h30 Salle Expres 1 [Magalie B.]			CARDIO BOXE 19h30 - 20h15 Salle Expres 1 [Jesabel A.]	ZUMBA 19h15 - 20h15 Salle Expres 2 [Nathalie M.]			VOLLEY BALL 20h30 - 22h00 Gymnase Léo Lagrange [Autonomie]	

- Musculaire
- Cardio/loisirs
- Fitness
- Bien-être
- Ateliers en visio

Ce planning est susceptible d'être modifié.