

PLANNING SAISON 2026 - 2027

JOURS	ACTIVITES	HORAIRES	SALLES	ANIMATEURS
Lundi	Gym dynamique	9H - 10H		Christine Morineau Marie-Laure Le Guen
	Mouv'on Ball	10H15 - 11H15		Marie-Laure Le Guen
	Stretching Stretching	9H - 10H 10H15 - 11H15		Florence Quenez
	Gym adaptée	15h15 - 16h15		Emmanuel Lenormand
Mardi	Gym dynamique Gym dynamique	9H - 10H 10H15 - 11H15		Christine Morineau Emmanuel Lenormand
	Stretching	13H30 - 14H30		Christine Morineau
	Gym adaptée	14H45 - 15H45		Christine Morineau
	Pilates Pilates	16H - 17H 17H10 - 18H10		Christine Morineau
Mercredi	Cours de Gasquet	16H-17h		Florence Quenez
	Gym douce Gym douce	13H30 – 14H30 14H45 – 15H45		Florence Quenez Marie-Laure Le Guen
Jeudi	Pilates	10H30 - 11H30		Christine Morineau
	Gym dynamique	17h45 - 18H45		Christine Morineau
	Marche	Départ 13H30	Parking St Ernel à 13H15	Christine Morineau
Vendredi	Gym douce Gym douce	9H - 10H 10h05 - 11H05 9H-9H50 10H-10H50	Si la Fabrik Si Kergreis	Florence Quenez Marie-Laure Le Guen
	Gym adaptée	14H - 15H		Emmanuel Lenormand