

Horaires, lieux et types de nos différents cours

Site internet : agvbelair.com / Mail : gvbelair@orange.fr

	Salle Tcheumeo Rue de Neuilly	Gymnase DELOUVRIER - Route de Noisy		
Lundi	9h00 / 10h00 PILATES VALERIE		19h00 / 20h00 CARDIO FRANCOISE	20h00 / 21h00 PILATES FRANCOISE
Mardi	10h30 / 11h30 Acti. Gym Senior ----- 19h30 / 20h30 CARDIO FRANCOISE	9h00 / 10h00 SENIOR FRANCOISE	19h30 / 20h30 ETIREMENTS JULIE	20h30 / 22h00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE GREGORY
Mercredi		14h00 / 15h00 STRETCHING POSTURAL FRANCOISE	15h00 / 16h00 PILATES FRANCOISE	
Jeudi			19h30 / 21h00 ZUMBA (en attente d'animateur-trice)	
Vendredi	10h30 / 11h30 GYM DOUCE GREGORY	9h00 / 10h00 CARDIO VALERIE	19h00 / 20h00 ETIREMENTS + ABDO FESSIERS JULIE	
Samedi			13h30 – 15H00 CARDIO VALERIE	

Les intitulés des cours sont donnés pour information. Les animateurs effectuent leurs cours selon le programme officiel de la F.F.E.P.G.V.