

Activités de la Forme

Fitness - Zumba - Pilates - Step - Yoga

Horaires 2020/2021 - 06.22.60.81.23. judo.ours@gmail.com

une seule cotisation pour toutes les activités

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
FITNESS 	Grisolles 19h.-20h.		St-Sauveur 20h.-21h.	Grisolles 12h15-13h.		Grisolles 9h15-10h15
	St-Sauveur 19h.-20h.		STEP Grisolles 19h40-20h40	Grisolles 20h30-21h30		STEP St-Sauveur 11h15-12h15
ZUMBA	St-Sauveur Zumba Rumba 20h-21h.		Grisolles Enfants 7-11 ans 14h.-15h.			
			Grisolles Salle des fêtes 20h45-21h45			
PILATES	Bessens 20h30-21h30	Grisolles 20h45-21h45	St-Sauveur Dès l'ouverture du nouveau complexe 19h-20h.	Monbéqui 19h.-20h.		
YOGA				Grisolles 19h15-20h15 Adultes		
				St-Sauveur 20h45-21h45 Adultes		