

A partir du 05 Juin 2022 jusqu' au 23 juin 2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09.00							
10.00	PILATES			HIIT (visio)			
11.00		Nage avec Palmes		PILAYOGA (visio)	Aqua Bike		
12.00				STRETCH (visio)			
13.00		HITT			YOGAMOOV'		
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00	Abdos-	Esc 6/7		Esc +8			
19.00	fessiers Dance ou Reggaton ou step	Esc +8	Bike	Esc +8			
20.00							

Activités sous réserve  
De présence d'un  
Éducateur spécialisé  
ou de la disponibilité  
des espaces.

Renseignements à  
L'accueil du Palais des  
Sports et des Congrès  
Ou au  
04 76 11 21 41

Piscine: dernière  
entrée  
1h avant la fermeture  
Évacuation 1/2h avant  
La fermeture.