



PLANNING ANIMATEURS OCTOBRE 2024

détails des cours	ZUMBA	1) PILATES 2) RENFO ABDOS		1)RENFO MUSCULAIRE 2) STEP ou 3) AEROBOXE		Stage et Sorties	
SEMAINE 40		Mardi 1	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4	Samedi 5	Dimanche 6
CHANTAL		<small>SENIORS 9H30/10H30</small>			<small>SENIORS 9H30/10H30</small>		OCTOBRE ROSE LE 6 OCT RONCQ VITAL GYM SE MOBILE DE 8H A 12H
SANDY		1) 19h30/20h30		<small>Pilates séniors 10h30/11h30</small>			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						
SEMAINE 41	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11	Samedi 12	Dimanche 13
CHANTAL		<small>SENIORS 9H30/10H30</small>			<small>SENIORS 9H30/10H30</small>		Randonnée Mont Noir avec Estaminet
SANDY		1) 19h30/20h30		<small>Pilates séniors 10h30/11h30</small>			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						
SEMAINE 42	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Samedi 19	Dimanche 20
CHANTAL		<small>SENIORS 9H30/10H30</small>			<small>SENIORS 9H30/10H30</small>		
SANDY		1) 19h30/20h30		<small>Pilates séniors 10h30/11h30</small>			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						
SEMAINE 43	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Samedi 26	Dimanche 27
CHANTAL		<small>SENIORS 9H30/10H30</small>			<small>SENIORS 9H30/10H30</small>		
MARCO PILATES		1) 19h30/20h30		<small>Pilates séniors 10h30/11h30</small>			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
VANESSA	20h30/21h30						
SEMAINE 44	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 31			
CHANTAL		<small>SENIORS 9H30/10H30</small>					
MARCO PILATES		1) 19h30/20h30		<small>Pilates séniors ALEXANDRA 10h30/11h30</small>			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
VANESSA	20h30/21h30						