

**Planning de la semaine de découverte  
du 11 Septembre au 15 Septembre 2017**

LUNDI	GYMNASE		DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT	EXT
8h-8h30	BASKET BALL (Darras)							
8h30-9h								
9h-9h30								
9h30-10h								
10h-10h30								
10h30-11h			PILATES (Pommier)				CARPENTIER	
11h-11h30								
11h30-12h								
12h-12h30								
12h30-13h								
13h-13h30	Badminton (Mathieu)	Tennis de table (Pommier)	JU JITSU (Robin)	PEP (Jeanblanc)	GYM DOUCE (Brulé)		GOLF (Darras)	
13h30-14h					GYM DOUCE (Brulé)			
14h-14h30			JUDO (Robin)	Muscu / Cardio (Mathieu)	Techniques Douces (Jeanblanc)			
14h30-15h								
15h-15h30								
15h30-16h								
16h-16h30	VOLLEY (Barrière)		ABDO FESSIERS (Rey)	Cardio boxe Fitness (Verlot)	RELAX/RESP (Jeanblanc)	Danse orientale (Nicchi)		
16h30-17h								
17h-17h30								
17h30-18h								
18h-18h30	VOLLEY (Barrière)		KARATE Débutants (Roulois)		ETIREMENTS (Jeanblanc)			
18h30-19h			KARATE Confirmés (Roulois)	SWING débutants (Rosenthal)				
19h-19h30				SWING confirmés (rosenthal)				
19h30-20h								
20h-20h30								
20h30-21h								
21h-21h30								
21h30-22h								

**Planning de la semaine de découverte  
du 11 Septembre au 15 Septembre 2017**

MARDI	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT
8h-8h30						
8h30-9h						
9h-9h30						
9h30-10h						
10h-10h30						
10h30-11h	VOLLEY (Barrière)	PILATES (Pommier)	Boxe Française (Guérin)	MUSCU/ANAT (Pommier)	ETIREMENTS (Jeanblanc)	STEP (Robin)
11h-11h30						
11h30-12h						
12h-12h30	VOLLEY (Barrière)	ABDOS FESSIERS (Rey)	Boxe Française (Guérin)	MUSCU/ANAT (Pommier)	ETIREMENTS (Jeanblanc)	RENF MUSC (Robin)
12h30-13h						
13h-13h30						
13h30-14h	BADMINTON (Mathieu)	ACROBATIE (Guérin)			RESP/RELAX (Jeanblanc)	ETIREMENTS (Robin)
14h-14h30						
14h30-15h						
15h-15h30						
15h30-16h						
16h-16h30	Hand Ball (Mathieu)					SALSA (Robin)
16h30-17h						
17h-17h30	Hand Ball (Mathieu)					
17h30-18h						
18h-18h30						
18h30-19h						
19h-19h30						
19h30-20h						
20h-20h30						
20h30-21h						
21h-21h30						
21h30-22h						

**Planning de la semaine de découverte  
du 11 Septembre au 15 Septembre 2017**

MERCREDI	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT
8h-8h30						
8h30-9h						
9h-9h30						
9h30-10h						
10h-10h30						
10h30-11h						
11h-11h30						
11h30-12h						
12h-12h30		KRAV MAGA (De Fursac)				
12h30-13h					Karaté Shotokai (Lang)	
13h-13h30		KRAV MAGA (De Fursac)				
13h30-14h						
14h-14h30						
14h30-15h						
15h-15h30						
15h30-16h						
16h-16h30						
16h30-17h						
17h-17h30						
17h30-18h						
18h-18h30						
18h30-19h						
19h-19h30						
19h30-20h						
20h-20h30						
20h30-21h						
21h-21h30						
21h30-22h						



**Planning de la semaine de découverte  
du 11 Septembre au 15 Septembre 2017**

VENDREDI	GYMNASÉ	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT	EXT					
8h-8h30							CHAMPIGNY					
8h30-9h												
9h-9h30												
9h30-10h												
10h-10h30												
10h30-11h							VOLLEY (Baraton)					GOLF (Citron)
11h-11h30												
11h30-12h												
12h-12h30												
12h30-13h												
13h-13h30	BASKET (Baraton)	ABDO FESSIERS (Lorgeoux)										
13h30-14h												
14h-14h30												
14h30-15h												
15h-15h30												
15h30-16h	BASKET (Bemba)		BOXE ANGL (Verlot)									
16h-16h30												
16h30-17h												
17h-17h30												
17h30-18h												
18h-18h30			BOXE FR (Verlot)		PILATES (Lemerrer)							
18h30-19h												
19h-19h30												
19h30-20h												
20h-20h30												
20h30-21h												
21h-21h30												
21h30-22h												