

# Saison 2017 - 2018

GYMNASTIQUE EN SALLE							
Jour	Nb maxi inscrits	Code	Heure de début	Animateur	salle	descriptif	dispo au 11/01/2018
<b>Quartier Centre Ville : Gymnase Boissieux 4 rue Berthe de Boissieux</b>							
Lundi	25	A0001	9h00	Daniel MB	2ème	Multigym, dynamique	COMPLET
	25	A0002	10h00	Daniel MB	3ème	Bien-être et conditions physiques	COMPLET
	25	A0003	18h30	Lara I.	3ème	Multigym dynamique	COMPLET
Mardi	25	A0004	9h00	Lara I.	Rch	Entretien doux	max 2 places
	25	A0005	9h00	Sophie S.	3ème	Renforcement musculaire-entretien	COMPLET
	25	A0006	10h00	Lara I.	Rch	Entretien doux ++	max 3 places
	25	A0007	10h00	Sophie S.	3ème	Renforcement musculaire-entretien	COMPLET
	25	A0008	12h15	Sophie M.	2ème	Zumba à la GV	max 2 places
Mercredi	25	A0009	8h30	Margarita D.	3ème	Multigym d'entretien	COMPLET
	25	A0010	9h30	Margarita D.	3ème	Mise en forme et entretien	
	25	A0011	10h30	Sophie S.	3ème	Renforcement musculaire	
	25	A0012	10h45	Margarita D.	2ème	Agilité & coordination	
Jeudi	25	A0013	9h00	Marine D.	3ème	Multi-gym dynamique	COMPLET
	25	A0014	10h00	Marine D.	3ème	Stretching à la GV	COMPLET
	25	A0015	18h00	Margarita D.	3ème	Gym dynamique	
Vendredi	25	A0016	9h00	Marouf L.	3ème	Gym dynamique	
	25	A0017	10h00	Marouf L.	3ème	Entretien doux	max 6 places
<b>Quartier Centre Ville : Gymnase Hoche rue François Raoult</b>							
Lundi	28	A0018	12h15	Marouf L.	RdC judo	Multi-gym dynamique	
Mardi	28	A0019	12h15	Lara I.	2ème	Multi-gym dynamique	
Jeudi	28	A0020	12h15	Marouf L.	1er	Multi-gym dynamique	
Vendredi	28	A0021	12h15	Marine D.	2ème	Multi-gym	max 6 places
<b>Quartier Les Eaux Claires : Gymnase Pegoud rue André Rivoire</b>							
Mercredi	15	A0024	12h00	Lara I.	Pte S	Gym douce et adaptée	
<b>Quartier Chorier Saint Bruno : Ecole Anthoard 3 rue Anthoard</b>							
Mardi	28	A0023	20h15	Brahim T.	Salle C	Multi-gym	
<b>Quartier Chorier Saint Bruno : Chorier-Berriat Centre sportif Rue d'Alembert</b>							
Lundi	28	A0025	9h00	Sophie S.	B	Multi-gym dynamique	max 3 places
	28	A0026	10h00	Sophie S.	B	Stretching à La GV	max 6 places
Mercredi	28	A0027	9h00	Lara I.	B	Entretien dynamique	
Jeudi	28	A0028	9h00	Sophie S.	B	Stretching à La GV	max 6 places
<b>Quartier Europole : Europole Gymnase 36 avenue Doyen Weil</b>							
Jeudi	28	A0030	18h45	Brahim T.	Pte S	Renforcement musculaire dynamique	max 5 places
<b>Quartier Grands Boulevards : Ecole Clémenceau rue Auguste Ravier</b>							
Mardi	28	A0031	18h30	Marouf L.		Multi-gym dynamique	
Jeudi	28	A0032	18h30	Marouf L.		Entretien	
<b>Quartier Grands Boulevards : Ecole F.Buisson rue Edouard Vaillant</b>							
Mardi	15	A0062	18h30	Auréli E.		Pilates	COMPLET
Mardi	15	A0063	19h30	Auréli E.		Pilates	COMPLET
Mercredi	25	A0033	18h45	Marouf L.		Stretching - Pilates à la GV	COMPLET
Vendredi	25	A0035	18h30	Marouf L.		Multi-gym dynamique	
<b>Quartier Grands Boulevards : CS Reyniès-Bayard rue Lagrange</b>							
Vendredi	28	A0036	11h00	Daniel MB	Chorée	Mise en forme et entretien physique	
<b>MARCHE NORDIQUE</b>							
Lundi	22	A0037	12h15	Daniel M.B.	RV parc paul mistral, gradins anneau de vitesse		COMPLET
	22	A0038	17h30	Christophe G.	RV parc paul mistral, gradins anneau de vitesse		COMPLET
Mardi	22	A0058	12h15	Linda D.	RV parc paul mistral, gradins anneau de vitesse		max 3 places
Jeudi	22	A0039	09h45	Daniel M.B.	RV parc paul mistral, gradins anneau de vitesse		COMPLET
<b>Marche rapide</b>							
Mercredi	20	A0041	18h00	Elise C.	Parc Paul Mistral, porte Ouest stade des Alpes		
<b>YOGA (durée 1h30)</b>							
Jeudi	20	A0045	18h15	Olivier M.	Ecole F. Buisson rue Edouard Vaillant		max 6 places
Vendredi	20	A0047	09h30	Olivier M.	Gymnase Hoche rue François Raoult - 2° étage salle F		max 3 places
<b>Qi Gong (durée 1h30) : 2 chemin Pinal</b>							
Mardi	18	A0061	18h00	Hélène PW	Qi Gong	Gym chinoise de Santé	COMPLET
Mercredi	18	A0049	09h00	Hélène PW	Qi Gong	Gym chinoise de Santé	COMPLET
<b>Qi Gong (durée 1h30) : Chorier-Berriat Centre sportif Rue d'Alembert - salle B</b>							
Jeudi	18	A0048	14h30	Hélène PW	Qi Gong	Gym chinoise de Santé	max 1 place