

JOURS	HORAIRES	LIEUX	COURS AVEC	TYPE DE COURS Tous publics adultes	
LUNDI	13h45 15h45	En extérieur limité à 25 personnes	Quentin	Marche Nordique	maintenu si plus de 15 personnes
	17h30 18h30	Gymnase Dalongneau	Carole	Activités Physiques Pour tous	
	18H40 19h40		Carole et Céline 1 ^{er} lundi du mois	Renforcements diversifiés /Fitball Body Zen	
MARDI	16h45 17h45	Dojo St martin	Quentin	Gym douce, entretien Équilibre et Gym posturale	Adapté seniors
	18h45 19h45	Gymnase Dalongneau	Marie-Jo	Gym Dynamique	
JEUDI	9h45 10h45	Dojo St Martin	Marie-Jo	Activités Physiques Pour tous	
	11h10 12h10		Quentin	Gym douce, entretien Equilibre Gym posturale	Adapté seniors
	16h30 17h30		Elisabeth	Pilates niveau débutant	
	18h00 18h50		Céline	Renforcement Musculaire Body Zen	
VENDREDI	10h15 11h15	Centre Administratif Salle Brocard	Elisabeth	Gym douce sur chaise	maintenu si plus de 15 personnes C'EST NOUVEAU!
	11h30 12h30	Dojo St Martin		Pilates niveau intermédiaire	
	17h50 18h50	Gymnase Brossard	Carole	Danse en ligne	
SAMEDI	14h30 16h30	En extérieur limité à 25 personnes	Quentin	Marche Nordique	maintenu si plus de 15 personnes C'EST NOUVEAU!

Présidente et Secrétaire : Cendrine DALIGOT ☎ 07 71 70 99 27

Secrétaire adjointe Christine PLU ☎ 06 31 26 34 26

Notre email : gvromo@netcourrier.com/ Notre page FACEBOOK,

Notre site INTERNET : gvromo.fr/-/l-reseau.club: www.sport-sante.fr