



REMISE EN CONDITION PHYSIQUE
REMICOPHYS
Enfants Ado Adultes Séniors



PLANNING STAGES DES SAMEDIS MATINS
1er TRIMESTRE 2024
MJC VILLAGE

SAMEDIS	ACTIVITES	ANIMATEUR
NOVEMBRE		
09-nov	10h30 - 11h30 : Pilâtes 11h30 - 12h30 : Tabata	FRANCOISE
16-nov	10h30 - 12h00 : Relaxation - Sophrologie	SANDRINE
23-nov	10h30 - 12h00 : Zumba	HUGUES
30-nov	10h30 - 11h30 : Pilâtes 11h30 - 12h30 : Gym Tonic	SONIA
DECEMBRE		
07-déc	PAS DE SALLE DISPONIBLE : PAS DE STAGE	
14-déc	10h30 - 11h30 : Zumba 11h30 - 12h30 : Fit Stick	MICHELA
21-déc	10h00 - 12h30 : ZUMBA de NOËL Lieu : Grande salle Maison de Quartier des Linandes	MARJORIE / MICHELA / HUGUES / MARC- ALEXANDRE / STEPHANE



remicophys@gmail.com

Tel : 06 28 35 43 89

www.remicophys.fr

Facebook/Instagram : REMICOPHYS

SIRET : 452 583 263 00051

Siège social : Chez Mme REGA - 47 rue du Hameau - 95310 St OUEN

