

**PLANNING STAGES DES SAMEDIS MATINS - PLANNING 2023 - v5**

SAMEDIS	ACTIVITES	ANIMATEUR
<b>JANVIER</b>		
07-janv	10h30 à 12h30 : Full Dance	STEPHANE
14-janv	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Bachata	HUGUES
21-janv	10h30 : Zumba 11h30 : Gym Tonic	STEPHANE
28-janv	10h30 : Yoga 12h00 : Méditation	ESTELLE
<b>FEVRIER</b>		
04-févr	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Salsa	HUGUES
<b>11-févr</b>	<b>dès 10h30 : Assemblée Générale Annuelle</b>	
18-févr ( <i>vacances scolaires</i> )	<u>Gymnase de Gency</u> : 10h30 : STEP 11h30 : Renforcement Musculaire - Stretching	STEPHANE
25-févr ( <i>vacances scolaires</i> )	10h30 à 12h00 : Modern Jazz	NATACHA
<b>MARS</b>		
04-mars ( <i>vacances scolaires</i> )	10h30 à 12h00 : Modern Jazz	NATACHA
11-mars	10h30 : Zumba 11h30 : Gym Tonic	LATI
18-mars	10h30 : Zumba 11h30 : Zumba Strong 12h00 : Stretching	STEPHANE
25-mars	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Bachata	HUGUES
<b>AVRIL</b>		
01-avr	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Salsa	HUGUES
<b>08-avr</b>	<b>FERME : W-E DE PÂQUES</b>	
15-avr	10h30 : Zumba 11h30 : Tabata	LATI
22-avr ( <i>vacances scolaires</i> )	<u>Gymnase de Gency</u> : 10h30 : STEP 11h30 : Renforcement Musculaire - Stretching	STEPHANE
29-avr ( <i>vacances scolaires</i> )	10h30 à 12h00 : Modern Jazz	NATACHA
<b>MAI</b>		
06-mai ( <i>vacances scolaires</i> )	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Bachata	HUGUES
<b>13-mai</b>	<b>OLYMPIADES INTERGENERATIONNELLES</b>	
<b>20-mai</b>	<b>FERME : PONT DE L'ASCENSION</b>	
27-mai	10h30 : Zumba 11h30 : Gym Tonic -Stretching	STEPHANE

JUN		
03-juin	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Salsa	HUGUES
10-juin	10h30 : Zumba 11h30 : Tabata	LATI
17-juin	10h30 à 12h00 : Pilates	FRANCOISE
24-juin	10h30 à 12h30 : Challenge Bleu/Rouge (2 équipes qui s'affrontent sur du Fitness)	STEPHANE
JUILLET		
01-juil	10h30 : Zumba 11h30 : Gym Tonic	LATI
08-juil	10h30 : Afro Latin Fit 11h30 : Bachata	HUGUES
15-juil	<b>FERME : PONT DU 14 JUILLET</b>	

<b>COURS OUVERTS A TOUS : Tarifs pour les non-adhérents :</b> - cours de 30 mn : 2€ - 1h00 : 4€ - 1h30 : 6€ - 2h00 : 8€
---

**Tous les cours auront lieu à la MJC Village,  
sauf ceux des 18 février et 22 avril qui se dérouleront au Gymnase de Gency**