

PLANNING STAGES DES SAMEDIS MATINS - PLANNING 2023 / 2024

2ème TRIMESTRE

SAMEDIS	ACTIVITES	ANIMATEUR	LIEU	Réveil Musculaire 9h30
JANVIER				
06-janv (<i>vacances scolaires</i>)	10h30 - 12h00 : Zumba	MARC-ALEXANDRE	MJC Village	FRANCOISE
13-janv	10h30 - 11h30 : Strong Nation 11h30 - 12h30 : Djamboola	SANDRINE V.	MJC Village	SABINE Z.
20-janv	10h30 - 12h00 : Relaxation - Sophrologie	SANDRINE F.	MJC Village	SANDRINE F.
27-janv	10h30 - 11h30 : Gym Douce Posturale 11h30 - 12h30 : Gym pour Tous	SABINE G.	MJC Village	SABINE G.
FEVRIER				
03-févr	10h30 - 11h30 : Gym Pour Tous 11h30 - 12h30 : Yoga	FRANCOISE et ESTELLE	MJC Village	FRANCOISE
10-févr (<i>vacances scolaires</i>)	10h30 - 11h30 : Pilâtes 11h30 - 12h30 : Tabata	SONIA	MJC Village	SONIA
17-févr (<i>vacances scolaires</i>)	10h30 - 12h00 : Danse Africaine avec Percussions	MICHELA & SEKOU	MJC Village	SABINE Z.
24-févr (<i>vacances scolaires</i>)	10h30 - 11h30 : Zumba 11h30 - 12h30 : Gym Tonic	STEPHANE	MJC Village	STEPHANE
MARS				
02-mars	ASSEMBLEE GENERALE		MJC Village	ANNULE
09-mars	10h30 - 11h30 : Strong Nation 11h30 - 12h30 : Djamboola	SANDRINE V.	MJC Village	FRANCOISE
16-mars	10h30 - 12h00 : Zumba	HUGUES	MJC Village	SABINE Z.
23-mars	10h30 - 11h30 : Pilâtes 11h30 - 12h30 : Tabata	SONIA	MJC Village	SONIA
30-mars	10h30 - 11h30 : Zumba 11h30 - 12h30 : Fit Stick	MICHELA	MJC Village	MICHELA