

PROGRAMME DES ACTIVITES 2024 - 2025

LUNDI	<p>Marche <i>Petite balade</i></p> <p>Devant mairie Départ 13h30</p> <p>Adultes</p>	<p>Gym. Sportive <i>G1</i></p> <p>Gym. St Romain 17h45 - 18h45</p> <p>CE2 perf., CMI, CM2</p>	<p>Modern Jazz *</p> <p>Salle carrelée 17h00 - 18h00</p> <p>De 5 à 8 ans</p>	<p>Ragga <i>Street Dance</i></p> <p>Salle carrelée 18h00 - 19h00</p> <p>A partir de 11 ans</p>	<p>Zumba</p> <p>Salle carrelée 19h00 - 20h00</p> <p>A partir de 15 ans & Adultes</p>	<p>Renforcement <i>Musculaire</i></p> <p>Salle carrelée 20h00 - 21h00</p> <p>Adultes</p>	<p>1001 Danses <i>niveau 1</i></p> <p>MPT 2ème étage 19h00 - 20h00</p> <p>Adultes</p>			
MARDI	<p>Pilates</p> <p>Dojo</p> <p>10h30 - 11h30 (max 15 personnes)</p> <p>Adultes</p>	<p>Travaux <i>d'aiguilles</i></p> <p>MPT RdC</p> <p>13h30 - 18h00</p> <p>Adultes</p>	<p>Gym. Sportive <i>G2</i></p> <p>Salle carrelée</p> <p>17h45 - 18h30</p> <p>CP, CE1, CE2 débutant</p>	<p>Escalade</p> <p>Gym. Crémieu</p> <p>18h00 - 19h00</p> <p>9 à 12 ans</p>	<p>Escalade</p> <p>Gym. Crémieu</p> <p>19h05 - 20h35</p> <p>Ados, Adultes</p>	<p>Pilates</p> <p>MPT 2ème étage</p> <p>19h00 - 20h00 (max 15 personnes)</p> <p>Adultes</p>	<p>Boxe Thaï</p> <p>Dojo</p> <p>20h00 - 21h30 (max 20 personnes)</p> <p>Ados, Adultes</p>	<p>Jeux *</p> <p>MPT RdC</p> <p>à partir de 19h30</p> <p>Adultes</p>		
MERCREDI	<p>Marche</p> <p>Mairie Départ 13h30</p> <p>Adultes</p>	<p>Boxe Thaï</p> <p>Dojo</p> <p>16h00 - 17h30 (max 20 enfants)</p> <p>12 à 15 ans</p>	<p>Boxe Thaï</p> <p>Dojo</p> <p>17h30 - 19h00</p> <p>Adultes</p>	<p>1001 Danses <i>niveau 1 & 2</i></p> <p>MPT 2ème étage 18h00 - 19h00</p> <p>De 8 à 17 ans</p>	<p>1001 Danses <i>niveau 2</i></p> <p>MPT 2ème étage 19h15 - 20h15</p> <p>Adultes</p>	<p>Ensemble Vocal</p> <p>Salle de Réception 20h15 - 22h15</p> <p>Ados, Adultes</p>				
JEUDI	<p>Gymnastique <i>Adultes</i></p> <p>Salle carrelée 9h00 - 10h00</p> <p>Adultes</p>	<p>Dessin Peinture</p> <p>MPT RdC</p> <p>9h30 - 11h30</p> <p>Adultes</p>	<p>Kpop</p> <p>Salle carrelée 17h00 - 18h00</p> <p>De 7 à 11 ans</p>	<p>Kpop</p> <p>Salle carrelée 18h15 - 19h15</p> <p>12 ans et plus</p>	<p>Cabaret *</p> <p>Salle carrelée 19h30 - 20h30</p> <p>A partir de 18 ans</p>	<p>Zumba</p> <p>Gym St Romain 17h30 - 18h30</p> <p>Enfants /Ados 7 à 15 ans</p>	<p>Renforcement <i>Musculaire</i></p> <p>Gym St Romain 18h30 - 19h30</p> <p>Adultes</p>	<p>Yoga <i>de Samara</i></p> <p>MPT 2° étage 18h30 - 19h45</p> <p>Adultes</p>	<p>Jalio'Run</p> <p>Départ 18h30 Devant salle carrelée</p> <p>Adultes</p>	
VENREDI	<p>Pilates</p> <p>Salle carrelée 9h00 - 10h00</p> <p>Adultes</p>	<p>Jeux de Société</p> <p>MPT RdC 13h30 - 18h30</p> <p>Adultes</p>			<p>* <u>Nouvelles activités de la saison !!!</u> (Cabaret, Modern Jazz, Jeux)</p>					<p>MPT = Maison pour Tous</p>