

Programme des activités saison 2026 -2027

LUNDI	Marche <i>Petite balade</i> Devant mairie Départ 13h30 Adultes	Gym. Sportive <i>G1</i> Gym. St Romain 16h45 - 17h45 débutant	Gym. Sportive <i>G2</i> Gym St ROMAIN 17h45 - 18h45 CM2	Ragga street dance <i>Hip-Hop</i> Salle carrelée 18h00 - 19h00 A partir de 11 ans	Zumba <i>fitness</i> Salle carrelée 19h00 - 20h00 16 ans & Adultes	Renfo Full <i>Body Fitness</i> Salle carrelée 20h00 - 21h00 Adultes			
MARDI	Pilates DOJO 10h30 - 11h30 Adultes	Travaux <i>d'aiguilles</i> MPT RdC 13h30 – 18h00 Adultes	Escalade Gym. Crémieu 18h00-19h00 9 à 12 ans	Escalade Gym. Crémieu 19h05-20h35 Ados, Adultes	Pilates Salle reception 19h00 – 20h00 Adultes	Jeux MPT rdc à partir de 19h30 Adultes			
MERCREDI	Pilates DOJO 10h30- 11h30 Adultes	découverte <i>sport baby</i> Gymnase 9h-10h30 maternelle	multisports Gymnase 10h30-12h00 (max 15 enfants) cp-cm2	Marche Mairie Départ 13h30 Adultes	Boxe Thaï Dojo 16h00 - 17h30 (max 20) 7 à 13 ans	Boxe Thaï Dojo 17h30 - 19h00 (max 20) ado/Adultes	Kpop salle de réception 18h- 19h30 10 ans et plus	Contemporain 2eme étage MPT 18h30- 19h30 > 15 ans	Ensemble Vocal Salle de reception 20h00 - 22h00 Ados, Adultes
JEUDI	Gym. Douce <i>Tonus et mobilité</i> Salle carrelée 09h - 10h Adultes	Dessin Peinture MPT RdC 09h30 - 11h30 Adultes	Danse eveil salle carrelée 17h-17h45 3- 6 ans	Street Jazz Salle carrelée 17h45-18h45 7 - 11 ans	Danse du <i>monde</i> Salle carrelée 18h45-19h45 > 15ans	heels cabaret Salle carrelée 19h45-21h15 > 16ans, adultes			
JEUDI				Zumba dance <i>ados</i> Gym. St Romain 17h30 - 18h30 De 9 à 15 ans	Renfo Full <i>Body Fitness</i> Gym. St Romain 18h30 - 19h30 Adultes	Jalio'Run Départ 18h30 Devant salle carrelée Adultes			
VENDREDI	Pilates Salle carrelée 9h00-10h00	Jeux de Société MPT RdC 13h30 - 18h30		* Nouvelles activités de la saison !!! <i>(Contemporain le mercredi)</i>				MPT = Maison pour Tous	
SAMEDI	BOXE Thai Dojo 13h-14h30 adultes								