

Programme des activités saison 2026 -2027

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