

Activités	Lieux	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
GYM FITNESS	Nuits Gymnase Pouilly	14h15 à 15h10 15h15 à 16h10 * Body Zen				10h45 à 11h45 Stretching	
		19h15 à 20h15	13h30 à 14h25 14h35 à 15h30 15h40 à 16h35		8h40 à 9h40	18h20 à 19h15 Renfo	
	Villers Salle des Fêtes		18h35 à 19h35				
	Gilly-les-C. Salle P. Champagne			19h à 20h			
YOGA	Nuits Gymnase Pouilly		11h10 à 12h25		09h55 à 11h10 11h15 à 12h30 18h20 à 19h35 19h40 à 20h55		
YIN-YOGA			19H55 à 20h55				
GYM PILATES	Nuits Gymnase Pouilly		17h15 à 18h10	17h15 à 18h10 18h15 à 19h10	17h15 à 18h10		
MARCHE	Nuits Points de départ : consulter le site	10h à 11h20 14h à 16h			14h à 17h		
CARDIO-DANCE	Nuits Gymnase Pouilly		18h15 à 19h00 19h05 à 19h50				
Gym Equilibre Seniors	Nuits Gymnase Pouilly					14h15 à 15h15 15h15 à 16h15	
STEP	Nuits Salle Santona	18h à 19h					
	Corgoloin Salle Vigot				18h35 à 19H35		