

ACTIVITE	NIVEAU	MONITEUR*	JOUR	HORAIRE	LIEU
QI-GONG	toux niveaux	YANN **	lundi	17h00/18h30	La Bosque
		NATHALIE **	mardi	13h30/15h00	
		PATRICIA EVELYNE	mardi	18h00/19h30	La Grande Terre
		NATHALIE **	mercredi	18h00/19h30	
PILATES	tout âge	TOURIA	lundi	9h00/10h00	La Bosque
GYM DETENTE		MARIE-FLORE	lundi	10h00/11h00	
		MARIE	mardi	9h00/ 10h00	
				10h00/11h00	
			mardi	15H00/16H00	
	TOURIA	jeudi	18H00/19H00	La Grande Terre	
RENFORC MUSCUL	adultes	MARIE-FLORE	lundi	11h00/11h45	La Bosque
STRETCHING			lundi	11h45/12h30	
GYM TONIC			vendredi	9h30/10h30	
STRETCHING				10h30/ 11h30	
STRETCHING		TOURIA	17h00/18h00	La Grande Terre	
CARDIOGYM					cours supprimé
CHORALE					cours supprimé
RANDO	facile moyenne normale couplée sportive	CATHY, CHANTAL CHRISTIANE , MIREILLE CHRISTIAN et MICHEL vous concoctent ces différentes randos :			le jeudi
	dominicale	avec programme trimestriel			2 dimanches/ mois
SORTIES CULTURELLES		MAGGY	1 vendredi par trimestre, environ		
TIR A L'ARC	entrainement adultes	GABY, VALERIE	lundi	9h00/12h00	Dans la Salle Polyvalente ou
		JEAN-MARIE	vendredi	10h00/12h00	
	initia. adultes, ados	NICOLAS	samedi	8h45/10h00	stand extérieur
		ANDRE ERIC		10h00/12h15	

* tous nos moniteurs sont diplômés

** nouveaux

*** horaire avancé



Foyer des Associations Lou Triboulet

9 Impasse de La Roberte 13770 VENELLES

Bureau ouvert le mardi de 16 à 19h00

Tel 04 42 54 19 93

Site Internet : www.venellesloisirs.fr

E-Mail : bureau@venellesloisirs.fr

GYMNASTIQUE DETENTE



Monitrices :

Marie-Flo

Marie

Touria