



ACTIVITE	NIVEAU	MONITEUR*	JOUR	HORAIRE	LIEU
QI-GONG	tous niveaux	YANN	lundi	17h00/18h30	La Bosque
		CAROLINE	mardi**	14h00/15h30	
		PATRICIA	mardi	18h00/19h30	La Grande Terre
PILATES	tout âge	TOURIA	lundi	9h00/10h00	La Bosque
GYM DETENTE		MARIE-FLORE	lundi	10h00/11h00	
		MARIE	mardi	9h00/ 10h00	
				10h00/11h00	
CHRISTINE	jeudi	18H00/19H00	La Grande Terre		
RENFORC MUSCUL	adultes	MARIE-FLORE	lundi	11h00/11h45	La Bosque
STRETCHING			lundi	11h45/12h30	
STRETCHING		CHRISTINE***	mercredi	18H30/19H30	La Grande Terre
GYM TONIC		MARIE-FLORE	vendredi	9h30/10h30	La Bosque
STRETCHING				10h30/ 11h30	
STRETCHING		en attente		17h00/18h00***	La Grande Terre
RANDO	facile moyenne normale couplée sportive	CATHY, CHANTAL CHRISTIANE , MIREILLE CHRISTIAN et MICHEL vous concoctent ces différentes randos ; avec programme trimestriel			le jeudi
	dominicale				2 dimanches/ mois
SORTIES CULTURELLES		MAGGY	1 vendredi par trimestre, si possible		
TIR A L'ARC	entrainement adultes	GABY,VALERIE	lundi	9h00/12h00	Dans la Salle Polyvalente ou
		JEAN-MARIE	vendredi	10h00/12h00	
	initia. adultes,ados	ANDRE, ERIC	samedi	8h45/10h00	stand extérieur
	entrain. adultes	MARC		10h00/12h15	temps permettant

* tous nos moniteurs sont diplômés

** nouvel
horaire14h/15h30

*** nouveau cours

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

SiteInternet : www.venellesloisirs.fr

GYMNASTIQUE

DETENTE



Monitrices :

Marie-Flo

Marie

Touria

Christine

