



Activités Gymniques Septembre à Decembre 2023

Septembre					
Vendredi 14H00/15H00	8	15	22	29	
Animation			Francoise	Marcel	
Thème			Reveil Muculair	Baton	
Vendredi 15h00/16h00	Nadege, relaxation douce				
Octobre					
Vendredi 14H00/15H00	6	13	20	27	
Animation	Francoise	Marcel	Marc/franc	Marcel	
Thème	Elastique	Halteres	Ballon S	Baton	
Vendredi 15h00/16h00	Nadege, relaxation douce				
Novembre					
Vendredi 14H00/15H00	3	10	17	24	
Animation	Francoise	Marcel	Francoise	Marc/franc	
Thème	Elastique	Halteres	Pt Ballon	circuit	
Vendredi 15h00/16h00	Nadege, relaxation douce				
Decembre					
Vendredi 14H00/15H00	1	8	15	22	29
Animation	Francoise	Marcel	Francoise	Marcel	
Thème	Halteres	Pt Ballon	Elastique	Baton	
Vendredi 15h00/16h00	Nadege, relaxation douce				
Activités pouvant être modifiées en fonction des disponibilités					
Interruption pendant les fetes de Noel Reprise le 12 Janvier					

