

GV Claix Tableau des cours saison 2019-2020							5/9/19
Cours	Jour	Heure	Lieu	Description	Animation	Responsable de cours	max
11	Lundi	10h20 – 11h20	Pont Rouge		Laurence Million	Françoise et JF Berthet	35
12	Lundi	10h40 – 11h40	Parc de la Bâtie	Acti'March'	Françoise Fontaine	Edith Chabuel	35
13	Lundi	12h00 -13h00	Piscine Varcès	Aquagym en petit bassin	Philippe Guilloteau	à désigner	25
14	Lundi	13h30 - 14h30	SdF du Bourg	Pilates	M. Françoise Roumézy	Danielle Isnard	20
15	Lundi	14h30 - 15h30	SdF du Bourg	Stretching Postural® - Connaître et maîtriser son corps	Laurence Million	Anne-Marie Jugnon	25
16	Lundi	18h30 – 19h30	Gymnase de la Bâtie	Cardio-Renforcement musculaire - Divers exercices	Françoise Fontaine	Pierre Fontaine	35
21	Mardi	8h30 – 9h30	SdF du Bourg	Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements	Hélène Régennass	Marie-Christine Faure	30
22	Mardi	9h30 – 10h30	SdF du Bourg	Cours Séniors	Hélène Régennass	Monique Piarron / Hélène Brunel	30
23	Mardi	10h30 - 11h30	SdF du Bourg	Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements	Hélène Régennass	à désigner	30
24	Mardi	18h00 - 19h00	Gymnase de la Bâtie	Circuit training	Aurélien Bonhomme	Pascale Verdier	15
25	Mardi	18h15 -19h15	Gymnase de la Bâtie	Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements	Delphine Gillio-Tos	à désigner	30
26	Mardi	19h30 – 20h30	Gymnase de la Bâtie	Gymnastique d'entretien - Cardio - Etirements	Delphine Gillio-Tos	Annie Chiantia	30
27	Mardi	19h45-20h45	SdF du Bourg	Yoga	Odile Moreau	Chantal Guilbaud	25
31	Mercredi	11h00 – 12h00	Parc de la Bâtie	Acti'March'	Françoise Fontaine	Annie Chiantia et Huguette Blanc	35
32	Mercredi	15h30 - 16h30	Gymnase de la Bâtie	Cours Enfants - Niveau 2 (6-8 ans)	Linda Dubois	Dominique Berger	20
33	Mercredi	16h30 – 17h30	Gymnase de la Bâtie	Cours Enfants - Niveau 1 (3-5 ans)	Linda Dubois	Dominique Berger	15
34	Mercredi	17h30 - 18h30	Gymnase de la Bâtie	Pilates	M. Françoise Roumézy	Michèle Cochet	20
35	Mercredi	18h30 - 19h30	Gymnase de la Bâtie	Pilates	M. Françoise Roumézy	à désigner	20
36	Mercredi	19h30 – 20h30	Gymnase de la Bâtie	Cardio-Renforcement musculaire - Divers exercices	Chrystelle Bellet-Longo	Mireille Villeton-Pachot	35
41	Jeudi	9h00 – 10h00	SdF du Bourg	Gymnastique dynamique - Renf. musculaire et cardio	Sami Maamar	Françoise Berthet / Denise Buenerd	30
42	Jeudi	10h05 – 11h05	SdF du Bourg	Cours Séniors gymnastique douce	Sami Maamar	Christiane Cano	30
43	Jeudi	11h20 -12h20	SdF du Bourg	Yoga	Odile Moreau	Françoise Coulon	25
44	Jeudi	12h00 -13h00	Piscine Varcès	Aquagym en petit bassin	Philippe Guilloteau	à désigner	25
45	Jeudi	13h30 - 14h30	SdF du Bourg	Stretching Postural® - Connaître et maîtriser son corps	Laurence Million	Christine Sauvard	25
46	Jeudi	18h00 – 19h00	SdF du Bourg	Cours dynamique -Renforcement Musculaire	Hélène Régennass	à désigner	30
47	Jeudi	19h00 – 20h00	SdF du Bourg	Pilates	Hélène Régennass	à désigner	20
48	Jeudi	18h30 - 19h30	Ecole Malhivert	Yoga	Odile Moreau	Fabienne Didier Fonti	25
49	Jeudi	18h00 - 19h30	Différents Sites Village	Cours en extérieur - In Motion* - Motricité	Aurélien Bonhomme	à désigner	15
51	Vendredi	9h00 – 10h00	Pont Rouge	Cours en extérieur	Laurence Million	à désigner	35
52	Vendredi	9h00 – 10h00	SdF du Bourg	Gymnastique dynamique - Renf. musculaire et cardio	Sami Maamar	Marie Claire Balmain	30
53	Vendredi	10h05 -11h05	SdF du Bourg	Cours Séniors adapté	Sami Maamar	Dominique Berger / Hélène Brunel	25
54	Vendredi	12h00 -13h00	Piscine Varcès	Aquagym en petit bassin	Philippe Guilloteau	Jacqueline Brouchon	25

Le nombre de participants à certains cours devant être limité (Aquagym, Stretching Postural et Yoga à 25, Pilates à 20), les premiers inscrits (fiche d'inscription accompagnée du chèque de règlement) auront la priorité.

Les cours surlignés en rouge sont déjà complets. Aucune inscription ne pourra être prise sur ces cours.