

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI Sarcelles	VENDREDI Arnouville	SAMEDI
<b>REVEIL MUSCULAIRE</b> ACTIVITÉ SUR ZOOM A DISTANCE 9H00 – 9H40 Philippe						<b>RANDONNÉE</b>  8H30 - 12H  Départ d'Arnouville ou de Sarcelles 1 à 2 fois par mois  Pascal
<b>DANSE DE SA- LON DÉBU- TANTS</b> Fontenay en Parisis 19H30 – 20H30 (OPTION) Laurent	<b>PILATES</b>  12H30 – 13H30 VIGNES BLANCHES  Marie-Pierre	<b>YOGA</b>  10H30 – 11H30 VIGNES BLANCHES  Sory	<b>GYM MULTI ACTIVÉS</b>  18H00 – 19H00 MJC  Sylvie	<b>AQUAGYM</b> 19H00 – 19H45  Piscine centre sportif  Laurent	<b>ZUMBA Pa- rents Enfants</b> 19H15 – 20H00 NEF  Carole	
<b>DANSE DE SALON INTER</b> Fontenay en Parisis 20H30 – 21H30 (OPTION) Laurent		<b>RENFO MUSCULAIRE</b> 11H30 – 12H30 VIGNES BLANCHES Marie-Pierre	<b>PILATES</b>  19h00 – 20h00 MJC  Sylvie	<b>AQUAGYM</b> 20H00 – 21H00  Piscine centre sportif  Laurent	<b>ZUMBA ADOS ADULTES</b> 20H00 – 21H00 NEF  Carole	
<b>DANSE DE SA- LON AVANCÉS</b> Fontenay en Parisis 21H30 – 22H30 (OPTION) Laurent		<b>PILATES</b>  12H30 – 13H30 VIGNES BLANCHES  Marie-Pierre		<b>PERFECTION NEMENT NATA- TION</b> 20H00 – 21H00 Piscine centre sportif Alain	<b>MULTI'ACTIV</b> 21H00 – 22H00  NEF  Carole	
		<b>AQUAGYM</b> 20H00 – 21H00  Piscine centre sportif  Alain				
<b>YOGA</b> ACTIVITÉ SUR ZOOM A DISTANCE 18H30 – 19H10 et 19H10 – 19H50 Philippe						

