



PROGRAMME D'ACTIVITÉS - Sport en Liberté - Saison 2022-2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
YOGA 18h45/20h15 MJC Virgine CALLET	BODY ZEN 12h3/13h30 Vignes Blanches Sylvie HALBOURG	YOGA 10h30/11h30 Vignes Blanches Virgine CALLET	GYM Multiactivités 18h/19h MJC Sylvie SEKNAZI	Danses en ligne 19h/20h Vignes Blanches Sylvie HALBOURG	Danses en ligne 11h15/12h15 Vignes Blanches Sylvie HALBOURG
Renforcement Musculaire 19h/20h Gymnase Henry WALLON Marie-Pierre MACHON	Multi Sports 19h/20h Gymnase Henry WALLON Sylvie SEKNAZI	Renforcement Musculaire 11h30/12h30 Vignes Blanches Marie Pierre MACHON	PILATES 19h/20h MJC Sylvie SEKNAZI	AQUAGYM 19h15/20h Centre Nautique Laurent DESCHUTTER	
Détente Ettirements 20h/20h30 Gymnase Henry WALLON Marie-Pierre MACHON		PILATES 12h30/13h30 Vignes Blanches Marie Pierre MACHON		AQUAGYM 20h/21h Centre Nautique Laurent DESCHUTTER	
		AQUAGYM 20h/21h Centre Nautique Alain MAIGNANT		Perfectionnement natation 20h/21h Centre Nautique Alain MAIGNANT	



Adresses des salles

MJC	10 bis, avenue Paul Valéry -entrée par l'allée Auguste Rodin (vers la gare RER)
Gymnase Henry WALLON	15 Rue des Coquetiers,
Les Vignes Blanches	9 Avenue Anna de Noailles (Quartier des Flanades)
Centre nautique	Centre Sportif Nelson Mandela 1 Avenue Paul Langevin