

C.S. Clichy Gymnastique Volontaire



VACANCES PRINTEMPS

DU DIMANCHE 7 AVRIL AU DIMANCHE 21 AVRIL 2024

REPRISE DU PROGRAMME LE LUNDI 22 AVRIL 2024

- . du dimanche 7 au vendredi 19 inclus : salle Villeneuve - 55, rue Villeneuve
- . samedi 20 et dimanche 21 avril : Dojo de Racine - 94, bd du Gal Leclerc
- . Marche active au Parc Salengro avec Marie-Christine
- . Marche Nordique au Parc des Chanteraines avec Roméo
- . Marche Active - Oxygène au Parc des Impressionnistes avec Florence

du dimanche 7 avril au samedi 13 avril

Dimanche 7	9h	Hatha Yoga	Julia
Lundi 8	12h30	CAF	Delphine
	17h	Gym douce	Florence
	18h	Pilates	
	19h	Hatha Yoga	Julia
20h	Yin Yoga		
Mardi 9	12h30	Hatha Yoga	Julia
	17h	Qi Gong	Marc-Antoine
	18 h	Gi Gong	
	19h	Renfo musculaire	Gary
20h	Cardio Boxing		
Mercredi 10	10h	Marche active	Marie Christine
	10h	Marche Nordique	Roméo
	12h30	Qi Gong	Marc-Antoine
	17h	Gym douce	Aurélie
	18h	Pilates	
19h	Stretching		
Jeudi 11	12h30	CAF	Delphine
	17h	Gym cognitive	Roméo
	18h	Renfo musculaire	
	19h	Cardio Boxing	
	20h	Stretching	
Vendredi 12	10h	Marche Active - Oxygène	Florence
	12h30	Pilates	Florence
	17h	Streching	Gary
	18h	Cardio Boxing	
	19h	Renfo musculaire	

du dimanche 14 avril au dimanche 21 avril inclus

Samedi 13	PAS DE COURS		
Dimanche 14	PAS DE COURS		
Lundi 15	12h30	Qi Gong	Marc Antoine
Mardi 16	10h	Marche active	Marie Christine
	12h30	Hatha Yoga	Julia
	17h	Postural Ball	Roméo
	18h	Renfo musculaire	
	19h	Cardio Boxing	
20h	Stretching		
Mercredi 17	10h	Marche Nordique	Roméo
	12h30	Qi Gong	Marc Antoine
	17h	Qi Gong	
	18h	Qi gong	
Jeudi 18	12h30	Hatha Yoga	Julia
	17h	Gym cognitive	Roméo
	18h	Pilates	
	19h	Renfo cardio	
	20h	Stretching	
vendredi 19	12h30	Hatha Yoga	Julia
	18h	Hatha Yoga	
	19h	Yin Yoga	
Samedi 20	10h	Hatha Yoga	Julia
	11h	Yin Yoga	
Dimanche 21	9h	Hatha Yoga	Julia
	10h	Qi Gong	Marc Antoine