



PLANNING 2023 -2024

GYM'SCLUBCUGNAUX



gymsclub.cugnaux@gmail.com

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h00-10h00 Gym Tonic Salle Jazy CARINE	9h15-10h15 Renforcement musculaire Salle Jazy CHRISTELLE	9h30-10h30 Gym Tonic Salle Jazy ÉLODIE	9H00-10h00 Gym plaisir Gym équilibre Mémoire Salle Jazy CHRISTELLE	9h15-10h15 Gym bien être Salle Camus NADINE
10h00-11h00 Pilates Salle Jazy CARINE	10h15-11h15 Gym plaisir Gym équilibre Mémoire Salle Jazy CHRISTELLE	10h30-11h30 Body Zen Salle Jazy ÉLODIE	10h00-11h00 Pilates Salle Jazy CHRISTELLE	10H30-11h30 Gym seniors Léo Lagrange NADINE
11h00-12h00 Gym special Dos Salle Jazy CARINE	9h15 10h15 Gym entretien Salle Camus ÉLODIE	14h30-18h30 Gym Enfants et Ados Léo Lagrange CORINNE	11h00-12h00 Stretching Salle Jazy CHRISTELLE	
		18h00-19h00 Gym/Pilates Salle Camus NIKOL		
	19h00-20h00 Gym tonic Léo Lagrange NADINE	19h00-20h30 Yoga/Relaxation Salle Camus NIKOL	19h00-20h00 Gym tonic Léo Lagrange NADINE	