

BASTION ROOMS



SALLE DE SPORT 1

Jours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Sections					
Energym Stretching			12h00 - 13h10 13h15 - 14h30		12h00 - 13h10
Table de Tennis				13h10 -14h30	
Yoga		12h00 - 13h50			
Yoga Vinyasa	12h10 à 1400			18h - 19h30	
Goshin Jutsu		17h30 - 19h30		12h - 13h10	13h15 - 14h30
Boxe					

BASTION ROOMS



SALLE DE SPORT 2

Jours Sections	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Energym Stretching	12h10 – 13h13				
Boxe	18h00 – 19h45		18h00 – 19h45		
Yoga Vinyasa		12h00 à 13h10			
Table de Tennis				13h15 à 14h30	

SALLE DE SPORT 3



Jours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Sections					
Danses Ecossaïses		17h45 – 19h45			
Energym / Strecthing	12h00 – 14h30				
Cardio-fitness			12h15 – 13h10	12h15 – 13h10	12H15 - 13H10
Latin fitness				17h30 – 19h00	
Boxe	18h – 19h45		18h – 19h45		
Salsa Picante		12h00– 13h10 13h15 - 14h30			
Amicale Danse Antillaise					13h10 – 14h30
Tennis de Table					
DG DANSE			13h10 – 14h30	13h10 – 14h30	

July 2024