

Planning 2023-2024

Discipline	Années d'âge	Age en 2024	Séance	Horaire	Encadrement	Reprise	Catégorie
Petite enfance							
BabyGym 1	2020 - 2021	3 ans	Mercredi	9h30 à 10h15	Laetitia	7 septembre	B1
BabyGym 2	2021 - 2022 *	18 mois à 2 ans	Samedi	8h45 à 9h30	Laetitia	10 septembre	B2
BabyGym 3	2020 - 2021	3 ans	Samedi	9h30 à 10h15	Laetitia	10 septembre	B3
Gym Eveil 1	2019 - 2020	4 ans	Mercredi	10h30 à 11h30	Laetitia	7 septembre	E1
Gym Eveil 2 **	2018 - 2019	5 ans	Mercredi	11h30 à 12h30	Laetitia	7 septembre	E2
Gym Eveil 3	2019 - 2020	4 ans	Samedi	10h30 à 11h30	Laetitia	10 septembre	E3
Gym Eveil 4	2018 - 2019	5 ans	Samedi	11h30 à 12h30	Laetitia	10 septembre	E4
<i>*18 mois révolus</i>	<i>** si autres groupes complets</i>						
Gymnastique féminine - Loisir							
Gym Loisir 1	2017 - 2018	6 - 7 ans	Mardi	16h30 à 18h00	Ulf	12 septembre	GL1
Gym Loisir 2	2010 - 2013	6 - 9 ans	Samedi	13h00 à 14h30	Laetitia	10 septembre	GL3
Gymnastique féminine - Performance							
Performance 1	2004 - 2008	15 ans et +	Lundi Mercredi Jeudi	18h00 à 20h15 17h30 à 20h15 17h30 à 20h00	Ulf Roswitha + Ulf Roswitha + Ulf	Août à définir avec coachs	GP1
Performance 2	2010 - 2012	12 - 14 ans	Lundi Mercredi Jeudi	18h00 à 20h15 17h30 à 20h15 17h30 à 20h00	Ulf Roswitha + Ulf Roswitha + Ulf	Août à définir avec coachs	GP2
Performance 3	2012	12 ans	Lundi Mercredi Jeudi	16h45 à 19h00 15h00 à 17h30 16h45 à 19h00	Ulf Ulf Roswitha + Ulf	Août à définir avec coachs	GP3
Performance 4	2010 - 2013	11 - 14 ans	Lundi Mercredi Vendredi	18h00 à 20h15 15h00 à 17h30 16h30 à 18h30	Simone Simone Simone	Août à définir avec coachs	GP4
Performance 5	2011 - 2012	12 - 13 ans	Mardi Jeudi Vendredi	18h00 à 20h00 18h00 à 20h00 18h00 à 20h00	Simone Simone Simone	Août à définir avec coachs	GP5
Performance 6	2014 - 2016	8 - 10 ans	Mardi Mercredi Vendredi	18h00 à 19h30 17h30 à 20h00 16h30 à 18h00	Ulf Simone Ulf	Août à définir avec coachs	GP6
Performance 7	2015 - 2016	8 - 9 ans	Lundi Jeudi	16h30 à 18h00 16h30 à 18h00	Simone Simone	Août à définir	GP7
Performance 8	2017 - 2018	6 - 8 ans	Mardi Jeudi	16h30 à 18h00 16h30 à 18h00	Simone Ulf	Août à définir	GP8
Trampoline - Loisir							
Trampoline Loisir 1	2017 - 2019	5 - 7 ans	Mercredi	15h30 à 17h00	Laetitia	7 septembre	TL1
Trampoline Loisir 2	2014 - 2016	8 - 10 ans	Mardi	18h30 à 20h00	Lucien + Lionel	6 septembre	TL2
FreeTrampo	Adultes	-	Mardi	20h00 à 21h30	Olivier	6 septembre	FT1
Trampoline - Performance							
Performance 1	2015 - 17	7 - 9 ans	Lundi Mercredi	17h00 à 18h30 14h00 - 15h30	Laetitia Laetitia	4 septembre	TP1
Performance 2	2011 et après	13 ans et moins	Mardi Mercredi Vendredi	17h00 à 19h00 17h00 à 19h00 17h00 à 19h00	Laetitia Laetitia Laetitia	21 aout	TP2
Performance 3	2010 et avant	et plus 14 ans	Lundi Mercredi Vendredi	18h30 à 20h30 18h30 à 20h30 18h30 à 20h30	Joseph Joseph Laetitia	21 aout	TP3
CrossGym - Adutes							
CrossGym	Adultes	+18 ans	Mardi	09h00 à 10h00	Simone et Ulf	5 septembre	D1
	Ados + Adultes	+18 ans	Mardi	19h30 à 20h30	Ulf	5 septembre	D290
	Adultes	+18 ans	Jeudi	09h00 à 10h00	Simone et Ulf	7 septembre	D400
	Ados + Adultes	+18 ans	Vendredi	19h30 à 20h30	Ulf	8 septembre	
Fitness-Zumba							
Zumba	Ados + Adultes	+15 ans	Lundi	19h00 à 20h00	Nicholay	4 septembre	
Fitness Kick Boxing	Ados + Adultes	+15 ans	Lundi	20h00 à 21h00	Nicholay	4 septembre	
Zumba	Ados + Adultes	+15 ans	Vendredi	10h00 à 11h00	Nicholay	8 septembre	
Yoga							
Yoga	Ados + Adultes	+15 ans	Mardi	12h15 à 13h30	Virginie	26 septembre	
Yoga	Ados + Adultes	+15 ans	Jeudi	20h15 à 21h30	Virginie	28 septembre	
Pilates							
Pilates	Ados + Adultes	+15 ans	Lundi	8h45 à 9h45	Nathalie	4 septembre	
Pilates	Ados + Adultes	+15 ans	jeudi	17h00 à 18h00	Nathalie	7 septembre	
Pilates	Ados + Adultes	+15 ans	jeudi	18h15 à 19h15	Nathalie	7 septembre	
Pilates	Ados + Adultes	+15 ans	Vendredi	8h30 à 9h30	Nathalie	8 septembre	