



2021 - 2022

PLANNING DE LA SEMAINE (*)

Site www.usmggv.fr

mail : contact@usmggv.fr

	JOUR	ANIMATEUR	HORAIRE	SALLE	SEANCE
1	LUNDI	Marie-Eve	14h30/15h45	Forêt Bondy	Marche nordique
2	LUNDI	Valérie C.	20h00/21h00	A. Mimoun	Séance GV
3	MARDI	Marie-Eve	12h00/13h00	Aréna	Séance GV
4	MARDI	Marie-Eve	14h30/15h45	Forêt Bondy	Marche nordique
5	MARDI	Judith	18h15/19h45	Aréna	NOUVEAU Cardio Mix
6	MARDI	Sophie	20h00/21h00	Aréna	Tendance fitness
7	MARDI	Sophie	21h00/22h00	Aréna	Gym douce
8	MERCREDI	Judith	19h45/21h15	Aréna	NOUVEAU Pilates ® fusion
9	JEUDI	Valérie D.	12h00/13h00	Aréna	Gym douce
10	JEUDI	Frédéric	18h30/19h15	Aréna	Gym holistique
11	JEUDI	Frédéric	19h15/20h00	Aréna	Qi Gong
12	JEUDI	Sophie	20h00/20h45	Aréna	Cardio tonic
13	JEUDI	Sophie	20h45/21h30	Aréna	Total body
14	VENDREDI	Didier	18h00/18h45	A. Mimoun	Pilates ®
15	VENDREDI	Didier	18h45/19h30	A. Mimoun	Stretching
16	DIMANCHE	Valérie C.	10h30/11h30	Aréna	Séance GV

(*) sous réserve de modifications