

PLANNING 2021 / 2022

		LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI							
MATIN	9h30	GYM MAINTIEN EN FORME	GY0	9h30	MULTI GYM	GY3	9h45	AEROGYM	AE1	JOURNEE	RANDONNEE SOUTENUE	RS1	9h30	GYM MAINTIEN EN FORME	GY5						
	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET		RANDONNEE MODEREE	RM1	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET						
	10h30	MN DALLES - 50€/AN		10h30	S. THILL		10h45	S. THILL			RANDONNEE FACILE	RF1	10h30	MN DALLES - 50€/AN							
	10h15	PETANQUE		PI1	10h45		SMS	SM1		11h00	STRETCHING	ST4	1/2 JOURNEE	BALADE DE PROXIMITE		BA1	10h45	DANSE EN LIGNE	DA2		
	à	Terrain de l'ASLA - Aix	COMPLET	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET	& JOURNEE	CPLT	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET							
	11h45	S.THILL		12h00	S. THILL / JC THILL		12h00	MN DALLES - 50€/AN		A. ADAMO / JM ARNAULT / L.AUBERT / MC BARRAL			12h15		MN DALLES - 50€/AN						
	10h00	TENNIS CONFIRME		TE1	9h45		MARCHE D'ENTRETIEN	ME1					P. BIAVA / G. CASIMIRI / JC LEPLUS / C.NAZZI			10h00	TENNIS CONFIRME	TE2			
	à	Tennis Club d'Eguilles		à	Promenade au bord de l'Arc		COMPLET	JC THILL / S.THILL / B.VERMELIN					à		Tennis Club d'Eguilles	COMPLET					
	12h00	PL LARUE - AM GENSOLLEN		11h45	A.ADAMO / MC BARRAL / C.NAZZI			ANIMATEURS & ACCOMPAGNANTS					12h00		PL LARUE - AM GENSOLLEN						
10h00	TENNIS REBOND	TR1		11h00	STRETCHING			ST2					9h45		MARCHE DE SANTE		MS1	10h00	YOGA	YO2	
à	Tennis Club d'Eguilles	à		Complexe du Val de l'Arc - Dojo Mac 2	COMPLET			à					Château de l'Horloge		COMPLET			à	Château de l'Horloge	COMPLET	
12h00	PL LARUE	12h00		MN DALLES - 50€/AN				11h15					D. MARCHETTO					11h15	D. MARCHETTO		
10h00	GYM DOUCE ADAPTEE	GY1		9h45				MARCHE NORDIQUE DYNAMIQUE					MN1					9h45	MARCHE NORDIQUE INIT & PERF		MN3
à	Les Milles - Salle Pellegrin	COMPLET	à			COMPLET		à					COMPLET	à					COMPLET		
11h00	D. FIACRE / REMPLACEMENT SUFFREN		11h45	F.BOISSIN / Y. LEROUGE				11h45	S. THILL / MH LEROUGE					11h45				S. THILL / MH LEROUGE			
10h45	GYM MAINTIEN EN FORME		GY2	9h45				MARCHE NORDIQUE CONFIRMEE	MN2												
à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan		à	F.BOISSIN / MH LEROUGE			COMPLET														
11h45	MN DALLES - 50€/AN		11h45	Y. LEROUGE																	
11h10	SOPHROLOGIE		SO3																		
à	Les Milles - Salle Pellegrin																				
12h00	D. FIACRE																				
10h00	YOGA		YO1																		
à	Château de l'horloge																				
11h15	D. MARCHETTO																				

APRES MIDI	14H30	DANSE EN LIGNE	DA1	14h00	PETANQUE	PC1	14h00	PERMANENCE SSSPA		14h00	TAI CHI / QI GONG	TQ1	14h00	PETANQUE	PC2		
	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET	à	Terrain de l'ASLA - Aix	COMPLET	à	Le mercredi tous les 15jours	COMPLET	à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan	COMPLET	à	Terrain de l'ASLA - Aix	COMPLET		
	16H00	MN DALLES - 50€/AN		17h00	G.PAULET / G.BROTONS / R.ACHERY		16h00	voir calendrier sur le site		16h00	B. FOIX		17h00	G.PAULET / G. BRETONS / R.ACHERY			
				14h00	SOPHROLOGIE		SO1	14h00		TIR SPORTIF A AIR COMPRIME	T11		15h00	SELF DEFENSE		SD1	
				à	Les Milles - Salle Pellegrin		à	Club de la Stasa		à	Dojo Castel - Les Milles						
				15h00	RM MANNARINI		16h00	JP CLAVE - + 50€ adhésion STASA		16h30	A. PAPPALARDO						
15h00				SOPHROLOGIE	SO2					15h15	GYM MAINTIEN EN FORME		GY6				
à				Les Milles - Salle Pellegrin	à	Complexe sportif Val de l'Arc				COMPLET							
16h00	RM MANNARINI	16h30	D. SUFFREN														
13h45	GYM EN MUSIQUE	GY4															
à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan																
14h45	MN DALLES - 50€/AN																
15h00	STRETCHING	ST3															
à	Salle le Cèdre - Jas de Bouffan																
16h00	MN DALLES - 50€/AN																