						PR	ROJET F	PLANNING 2025/2026							
	ľ	CODE COULEUR			ACTIVITE DYNAMIQUE			ACTIVITE MODEREE			ACTIVITE DOUCE				
F															
1		LUNDI		MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
1	9h30	GYM MAINTIEN EN FORME	GY0	8h30	MARCHE NORDIQUE DYNAMIQUE	MN1	9H45	AEROGYM (NOVICES)	AE1		BALADE DE PROXIMITE	BA1	9h30	GYM MAINTIEN EN FORME	GY5
	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	1		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan			RANDONNEE FACILE	RF1	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	
L	10h30	MN GIOVANNETTI - 65€/AN		11h15	F.BOISSIN / Y. LEROUGE		10H45	S.THILL / D. MARCHETTO			RANDONNEE MODEREE	RM1	10h30	MN GIOVANNETTI - 65€/AN	
Ì	9h45	MARCHE GYMNIQUE	MG1	9h15	YOGA - GYM AVEC CHAISE	YG1	10h45	SOPHROLOGIE	SO1		A. ADAMO /JM ARNAULT / L.AUB	BERT	9h30	MARCHE NORDIQUE MODEREE	MN3
	à	Val de l'Arc		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan			P. BIAVA / G. CASIMIRI		à		
L	11h15	S. THILL / A. ADAMO / D. MARCHETTO		10h15	S THILL / D MARCHETTO		11h45	D. FIACRE			M. DEBARLE / G. GIRAUD		11h30	MH LEROUGE / D. RICARD	
	10h30	ACTIV'MÉMOIRE	AM1	9h30	MARCHE NORDIQUE SOUTENUE	MN2	11H00	STRETCHING	ST4		JC LEPLUS / G. PAULET		10h00	YOGA	YO2
ı	à	Terrain de l'ASLA - Aix		à			à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan			C. SCHMIDT / TUTOY M.		à	Château de l'Horloge	
ı	11h45	C.SCHMIDT		11h30	Y. LEROUGE / MH LEROUGE/D. RICARD		12H00	MN GIOVANNETTI - 65€/AN			ANIMATEURS & ACCOMPAGNAN	NTS	11h15	D. MARCHETTO	
r	10h45	GYM MAINTIEN EN FORME	GY2	9h45	MARCHE D'ENTRETIEN	ME1				10h00	SEANCE FITNESS EN PLEIN AIR	PA1	10h00	PETANQUE INITIATION	РСЗ
,		Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	012	31143 à	WARCHE D ENTRETIEN	IVILI	i			à	C.R.E.M.E.			Terrain de l'ASLA - Aix	100
1							l		I	_					
ŀ	11h45	MN GIOVANNETTI - 65€/AN		11h45	G.PAULET / F. GOUDARD		l		I	11h15	Val de l'Arc		11h00	1ER TRIMESTRE	
1			ŀ	10h30	MULTI ACTIVITES ADAPTEES (SMS)	SM1	l		I		S THILL / D MARCHETTO		<u> </u>	T. ALIX	
1			ŀ	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		i		I	10h00	PROMENADE ADAPTEE (SMS)	SM2	10h45	DANSE EN LIGNE	DA2
1			ŀ	11h45	S THILL / JC THILL / D MARCHETTO		l		I	à	Parcs aixois		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	
			ŀ	10H45	GYM DOUCE	GY7	i			11h30	JC THILL		12H15	MN GIOVANNETTI - 65€/AN	
1			ŀ	à	Château de l'Horloge		i		I						
				11H45	C. MAZZELLA - 65€/AN		i			i			l		
			ļ	11h00	STRETCHING	ST2	i			i			l		
1			ŀ	à	Dojo		i		I	i			i		
1			!	12h00	MN GIOVANNETTI - 65€/AN		ı			ı			l		
_															
T	14H00	RANDONNEE 1/2 journée	RC2	14h00	PETANQUE		14h00	PERMANENCE SSSPA		14H00	GYM MAINTIEN EN FORME	GY9	14h00	PETANQUE	PC2
	à	Randonnée niveau soutenu		à	Terrain de l'ASLA - Aix	PC1	à	ST DONAT		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	Terrain de l'ASLA - Aix	
	16H30	с. ѕснмідт		16h30	G.PAULET /G.BROTONS /R.ACHERY		16h00	voir calendrier sur le site		15H00	E ALONSO - 65€/an		16h30	G.PAULET /G.BROTONS /R.ACHERY	
Ī	14h30	YOGA	Y01		T. ALIX / S. THILL /P. THORAVAL			<u></u>		14H30	TAI CHI / QI GONG	TQ1		T. ALIX / S. THILL /P. THORAVAL	
	à	Château de l'Horloge		14H00	SOPHROLOGIE	SO2	i			à	ACTIVITE ANNULEE		14H00	PILATES	PI1
	15h45	D. MARCHETTO		à	Les Milles		i		I	16H00	B. FOIX			Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	
r	14H30	DANSE EN LIGNE	DA1	15H30	RM MANNARINI		i		ľ	15h00	PILATES	PI0	15H00	E ALONSO - 65€/an	
	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		14h00	GYM EN MUSIQUE	GY4	i			à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		14h00	MARCHE NORDIQUE INITIATION	MN4
		MN GIOVANNETTI - 65€/AN		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		i		I		E ALONSO - 65€/an			1ER TRIMESTRE	
ŀ	101100	IVIIV GIOVAIVIVETTI - 03E/AIV		°	Salle Le Ceure - Jas de Dourian		ı			101100	E ALONSO - 05e/an		° '	TER TRIMESTRE	

15h00 D. RICARD

Dojo

16h30 D. SUFFREN

15h15 GYM MAINTIEN EN FORME

GY6

MATIN

APRES MIDI

SPORT CEREBRAL

Restaurant les Arcades 16h - 19h

18h30 M GALLE / JC SANCHEZ - 50€/AN

15h30

SC1

15h00 MN GIOVANNETTI - 65€/AN

Château de l'Horloge

à Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan 16H15 MN GIOVANNETTI - 65€/AN

14H30 DANSE EN LIGNE

16H00 A. YSNEL - 65€/AN

15H15 STRETCHING

DA3

ST3