

PLANNING 2026/2027

CODE COULEUR	ACTIVITE DYNAMIQUE	ACTIVITE MODEREE	ACTIVITE DOUCE
--------------	--------------------	------------------	----------------

	LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
MATIN	9h30	GYM MAINTIEN EN FORME	GY0	9h15	YOGA	YO1	8h30	MARCHE NORDIQUE DYNAMIQUE	MN1		BALADE DE PROXIMITE	BA1	9h30	GYM MAINTIEN EN FORME	GY5
	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à				RANDONNEE FACILE	RF1	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	
	10h30	A. GOMBAULT - 65€/AN		10h15	D. MARCHETTO		11h15	F. BOISSIN / Y. LEROUGE			RANDONNEE MODEREE	RM1	10h30	A. YSNEL - 65€/AN	
	9h45	MARCHE GYMNIQUE	MG1	9h30	MARCHE NORDIQUE SOUTENUE	MN2	9h45	AEROGYM	AE1	JM ARNAULT / L. AUBERT / P. BIAVA G. CASIMIRI / M. DEBARLE G. GIRAUD / JC LEPLUS / G. PAULET C. SCHMIDT / M. TUTOY ANIMATEURS & ACCOMPAGNANTS			9h30	MARCHE NORDIQUE MODEREE	MN3
	à	Val de l'Arc		à	Y. LEROUGE / MH LEROUGE		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan					à	MH LEROUGE / D. RICARD	
	11h15	S. THILL / D. MARCHETTO		11h30	D. RICARD		10h45	S. THILL / D. MARCHETTO					11h30		
	10h30	ACTIV'MÉMOIRE	AM1	9h45	MARCHE D'ENTRETIEN	ME1	10h45	SOPHROLOGIE	SO1	SEANCE FITNESS EN PLEIN AIR C.R.E.M.E.			10h00	YOGA	YO2
	à	Terrain de l'ASLA - Aix		à			à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan					à	Château de l'Horloge	
	11h45	C. SCHMIDT		11h45	G.PAULET / F. GOUDARD		11h45	D. FIACRE		9h30		PA1	11h15	D. MARCHETTO	
	10h45	GYM MAINTIEN EN FORME	GY2	10h30	MULTI ACTIVITES ADAPTEES (SMS)	SM1	11h00	STRETCHING	ST4	à			10h45	DANSE EN LIGNE	DA2
	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		10h30	Val de l'Arc		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	
	11h45	A. GOMBAULT - 65€/AN		11h45	S. THILL / D. MARCHETTO		12h00	Y. URVOY - 65€/AN			S. THILL / D. MARCHETTO		12h15	A. YSNEL - 65€/AN	
				10h45	GYM DOUCE	GY7				10h45	SEANCE FITNESS EN PLEIN AIR	PA2			
				à	Château de l'Horloge					à	C.R.E.M.E.				
				11h45	C. MAZZELLA - 65€/AN					11h45	Val de l'Arc				
				11h00	STRETCHING	ST2				10h00	PROMENADE ADAPTEE (SMS)	SM2			
				à	Dojo					à	Parcs aixois				
				12h00	Y. URVOY - 65€/AN					11h30	F. GOUDARD				
										11h15	QI GONG	QG1			
										à	Château de l'Horloge				
										12h15	J. BURY - 65€/AN				

APRES MIDI	14h00	RANDONNEE 1/2 journée	RC2	14h00	PETANQUE	PC1	14h00	PERMANENCE SSSPA		14h00	GYM MAINTIEN EN FORME	GY9	14h00	PETANQUE	PC2
	à	Randonnée niveau soutenu		à	Terrain de l'ASLA - Aix		à	ST DONAT		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		à	Terrain de l'ASLA - Aix	
	16h30	C. SCHMIDT		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	
	15H00	GYM AVEC CHAISE	GC1	14h00	T. ALIX / S. THILL /P. THORAVAL/ JC SANCHEZ					15h00	PILATES	PI0	14h00	T. ALIX / S. THILL /P. THORAVAL/ JC SANCHEZ	
	à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		14h00	SOPHROLOGIE	SO2				à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan		14h00	PILATES	PI1
	16H00	S THILL / D MARCHETTO		à	Les Milles					16h00	E. ALONSO - 65€/an		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan	
	15h30	SPORT CEREBRAL	SC1	15h30	RM MANNARINI								15h00	E. ALONSO - 65€/an	
	à	Restaurant les Arcades		14h00	GYM EN MUSIQUE	GY4							15h15	GYM MAINTIEN EN FORME	GY6
	18h30	M. GALLE / JC SANCHEZ - 50€/AN		à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan								à	Dojo	
				15h00	E. ALONSO - 65€/AN								16h30	D. SUFFREN	
				14h30	DANSE EN LIGNE	DA3									
				à	Château de l'Horloge										
				16h00	A. YSNEL - 65€/AN										
				15h15	STRETCHING	ST3									
				à	Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan										
				16h15	E. ALONSO - 65€/AN										

|

]