

GRILLE HORAIRE 2023/2024

	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 <p>C2S CENTRE SPORTIF & SOCIAL</p> <p>2, Av. du Général de Gaulle</p> <p>45150 Jargeau 02,38,59,76,80 c2s.jargeau@gmail.com</p> 	D 06 9h30-10h30 CARDIO - RENFORT Laurence Houlbert			D 01 9H30 - 10H30 PILATES DEBUTANTS STRETCHING Laurence Houlbert	
	MN 01 10h-11h MARCHE NORDIQUE Catherine Richard	D 02 15h15-16h15 KID HIP HOP 7/10 ans Gemma GIGLI	MN 02 10h-11h MARCHE NORDIQUE Catherine Richard		MN 03 13h - 14h MARCHE NORDIQUE Catherine Richard
	D 03 17h30-18h30 TEEN HIP HOP 11/15 ans Gemma GIGLI	D 08 16h45-17h45 EVEIL CORPOREL 3/6 ans Laurence Houlbert			 <p>LUNDI A 01 12H30/13H15 COMPLET A 05 18H30/19H15 A 07 19H15/20H</p> <p>MARDI A 02 12H30/13H15</p> <p>MERCREDI A 13 18H30/19H15 A 09 19H15/20H00 A 10 20H/20H45</p> <p>JEUDI A 03 17H00/17H45 A 04 17H45/18H30 A 06 18H30/19H15 A 08 19H15/20H00</p>
	D 04 18h30-19h30 PILATES Etirements - Relaxation Laurence Houlbert	D 05 18h-19h PILATES Etirements - relaxation Laurence Houlbert			
	D 07 19h30 - 21h00 CARDIO - RENFORT HOMMES Laurence Houlbert	D 09 19h-20h30 CARDIO - RENFORT ETIREMENTS Laurence Houlbert			
	D 10 21h- 22h00 ZUMBA Marina Porto	D 11 20h30-21h30 QI GONG Catherine Coquille			