

# Planning saison 2024/2025

## Athlé Forme Santé

### REMISE EN FORME

JEUDI : 11h15-12h15  
SAMEDI : 9h-10h

### PILATES

MARDI: 15h30-16h30

### NORDIC FIT

MARDI: 18h30-20h

### NORDIC YOGA

MERCREDI: 15h-16h15



### RUNNING FIT

MERCREDI : 10h-11h30  
JEUDI: 18h30-20h

## MARCHE NORDIQUE

### DOUX\*

MARDI : 10h-11h30  
JEUDI: 18h30-20h

### INTERMEDIAIRE\*

LUNDI: 15h-16h30 et 18h30-20h  
MARDI : 10h-11h30  
VENDREDI: 10h-11h30  
SAMEDI: 10h30-12h

### CONFIRMÉ ET COMPÉTITION\*

LUNDI : 18h30-20h  
MERCREDI : 18h30-20h  
VENDREDI: 10h-11h30