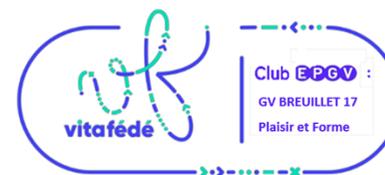


**A partir du lundi
01/09/2025**

Saison 2025 /2026

Planning hebdomadaire des activités proposées

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h00 - 11h00		10h00 - 12h00	9h15 - 10h15	10h00 - 11h00		9h00 - 12h00
Gym dynamique <i>Pierrick</i>		Marche rapide/sportive	Gym douce <i>Stretching (*)</i> <i>Rachel</i>	Gym dynamique <i>Step (*)</i> <i>Rachel</i>		Marche 3 heures
Salle Multisports		Lieu de départ de la randonnée	Salle Multisports	Salle Multisports		Lieu de départ de la randonnée
	15h45 - 16h45					
	Gym douce <i>Body Zen (*)</i> <i>Bruna</i>					
	Salle Multisports					
	19h45 – 20h45		20h15 - 21h15			
	Abdos Fessiers Cardio (*) <i>Virginie</i>		Gym dynamique <i>Renforcement musculaire (*)</i> <i>Virginie</i>			
	Salle Multisports		Salle Multisports			



Voir le site internet pour le calendrier détaillé de toutes les activités
<https://www.gv-breuillet-17920.com/evenements>

(*) En italique :
séances à thème selon un calendrier convenu avec les animatrices