



SPORT SANTE VERSAILLES - SAISON 2024-25

MQ Notre Dame	Jours	Heures	Catégorie	#	Libellé cours	Animateurs	Lieu	Nb de places Maxi
	Lundi	19h15 à 20h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118948	Renforcement musculaire	Anne	NDA	18
		20h15 à 21h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118949	Renforcement musculaire	Anne	NDA	18
	Mardi	9h15 à 10h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118950	Renforcement musculaire	Pascale	NDA	18
		10h15 à 11h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118964	Stretching	Pascale	NDA	18
		19h30 à 20h30	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118953	Renforcement musculaire	Catherine	NDA	16
		20h30 à 21h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118968	Yoga Vinyasa	Catherine	NDA	18
	Mercredi	9h15 à 10h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118955	Renforcement musculaire	Fabienne	NDA	17
		10h15 à 11h15	Gym douce / Sénior / Entretien	118939	Gym d'entretien	Fabienne	NDA	17
		11h30 à 12h30	Gym adaptée / public en besoin spécifique	125628	Cours Gym Adaptée (APA)	Fabienne	NDA	12
Jeudi	9h30 à 10h30	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118958	Renforcement musculaire	Fabienne	NDA	17	
	10h30 à 11h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118972	Pilates débutant/Intermédiaire	Fabienne	NDA	17	
	11h30 à 12h30	Gym douce / Sénior / Entretien	118941	Gym Seniors	Fabienne	NDA	17	
Vendredi	9h15 à 10h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118959	Gym Tendance Tonic	Sabine	NDA	18	
	10h15 à 11h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118974	Stretching Postural Méthode Moreau	Sabine	NDA	18	
	11h15 à 12h15	Gym douce / Sénior / Entretien	118942	Acti Gym Senior	Sabine	NDA	18	
Samedi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118961	Gym Tonic / Renfo	Maryline	NDA	16	
	10h à 11h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118962	Gym Tonic / Renfo	Maryline	NDA	16	