



# SPORT SANTE VERSAILLES - SAISON 2025-26

MDQ Vauban - 76 rue Champs Lagarde

MQ Vauban	Jours	Heures	Catégorie	#	Libellé cours	Animateurs	Lieu
	Mardi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	148699	Gym Tonic	Olivier	VAU
		10h à 11h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	148700	Renforcement musculaire	Olivier	VAU
		11h00 à 12h00	Gym adaptée / public en besoin spécifique	148686	Gym entretien	Olivier	VAU
		19h30 à 20h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	148714	Pilates	Dorothee	VAU
		20h30 à 21h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	148715	Pilates	Dorothee	VAU
	Jeudi	14h à 15h	Gym adaptée / public en besoin spécifique	148688	Gym Adaptée	Fabienne	VAU
		15h à 16h	Gym adaptée / public en besoin spécifique	150896	Gym Adaptée	Fabienne	VAU
	Vendredi	9h à 10h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	148723	Pilates Intermédiaire	Marilyne	VAU
10h à 11h		Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	148724	Pilates	Marilyne	VAU	
11h à 12h		Gym adaptée / public en besoin spécifique	157105	Gymmémoire	Marilyne	VAU	

Gymnase Sévigné	Jours	Heures	Catégorie	#	Libellé cours	Animateurs	Lieu
	Vendredi	8h45 à 9h45	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	148708	Gym Tonic	Olivier	SEV
		9h45 à 10h45	Gym douce / Senior / Entretien	148693	Gym Seniors	Olivier	SEV