



# SPORT SANTE VERSAILLES - SAISON 2023-24

	Jours	Heures	Catégorie	#	Libellé cours	Animateurs	Lieu	Nb de places Maxi
MQ Vauban	Mardi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	95910	Gym Tonic	Olivier	VAU	15
		10h à 11h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	95911	Renforcement musculaire	Olivier	VAU	15
		11h à 12h	Gym douce / Sénior / Entretien	95896	Gym entretien	Olivier	VAU	15
		19h30 à 20h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	95925	Pilates	Dorothee	VAU	15
		20h30 à 21h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	95926	Pilates	Dorothee	VAU	15
	Jeudi	13h30 14h30	Gym douce / Sénior / Entretien	95904	Cours Gym Adaptée (APA)	Fabienne	VAU	12
	Vendredi	9h à 10h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	95934	Pilates	Ina	VAU	15
		10h à 11h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	95935	Pilates	Ina	VAU	15

	Jours	Heures	Catégorie	#	Libellé cours	Animateurs	Lieu	Nb de places Maxi
Gymnase Sévigné	Vendredi	8h45 à 9h45	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	95919	Gym Tonic	Olivier	SEV	25
		9h45 à 10h45	Gym douce / Sénior / Entretien	95902	Gym sénior	Olivier	SEV	25