



PLANNING GV LE TEICH 2026/2027

JOUR	HORAIRE	ACTIVITE	SALLE	ANIMATRICE
LUNDI	9h 10h	RENFO MUSCULAIRE	TATAMI*	MARIE
	10h15 11h15	GYM DOUCE	TATAMI*	MARIE
	11h30 12h30	PILATES	TATAMI*	MARIE
	17h 18h	PILATES	BURGAT	MARIE
	18h15 19h15	PILATES	BURGAT	MARIE
	19h30 20h30	GYM ENERGIE	PARQUET	AURELIE
MARDI	9h 10h	RENFO MUSCULAIRE	PARQUET	MARIE
	10h30 12h00	MARCHE NORDIQUE	EXTERIEUR	MARIE
	15h 16h	APA	PARQUET	CELINE B
	16h 16h50	YOGALATE	TATAMI*	FLORIANE
	17h 18h	PILATES	PARQUET	FLORIANE
	20h 21h	RENFO MUSCULAIRE	PARQUET	CELINE B
MERCREDI	9h 10h	STRECHING & MOUVEMENT	TATAMI*	CELINE B
	19h30 20h30	RENFO MUSCULAIRE	PARQUET	LYDIE
JEUDI	9h 10h	BODY ZEN	PARQUET	FLORIANE
	10h 11h	FULL BODY	PARQUET	CELINE H
	11h05 12h	ZUMBA	PARQUET	CELINE H
	17h25 18h25	PILATES	PARQUET	LYDIE
	18h30 19h30	PILATES	BURGAT	LYDIE
VENDREDI	9h 10h	RENFO CARDIO	TATAMI*	LYDIE /FLO
	10h15 11h15	GYM DOUCE	TATAMI*	LYDIE
	11h30 12h30	GYM DOUCE	TATAMI*	LYDIE

L'accès au dojo (tatami) est prévu sous réserve de validation par la mairie. À défaut d'autorisation, les séances se dérouleront dans la petite salle.