







LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00 - 11h00 Renf. Musculaire <i>Jonathan</i>	10h00 - 11h00 Gym Dynamique <i>David</i>		10h00 - 11h00 Renf.Musculaire <i>Jonathan</i>	10h00 - 11h00 Gym Douce <i>Jérémy</i>	09h30 - 10h30 Yoga-stretch ou Pilates <i>Alisson G</i>
11h00 - 12h00 Yoga/Stretching <i>Jonathan</i>	11h00 - 12h00 Gym Bien être <i>David</i>		11h00 - 12h00 Pilates <i>Jonathan</i>	11h00 - 12h00 Gym Dynamique <i>Jérémy</i>	10h30 - 11h30 Pilates ou Yoga-stretch <i>Alisson G</i>
		GYMNASTIQUE VOLONTAIRE LIBRE VILLEPARISIS PLANNING DES COURS SAISON 2023/2024		13h45 - 14h45 Spécial Dos <i>David</i>	
				14h45-16h00 Initiation Country <i>Sandrine</i>	
18h00 - 19h00 Pilates <i>Jonathan</i>	18h30-20h00 MARCHE NORDIQUE <i>Céline</i>	18h15- 19h15 Renf. musculaire <i>Jonathan</i>	18h00-19h00 Initiation Country <i>Sandrine</i>	18h00-19h00 Renf. Musculaire <i>Axel</i>	<u>SEMAINE PAIRE PILATES A 9H30</u>
19h00 - 20h00 Gym Dynamique <i>Jonathan</i>		19h15 - 20h15 Yoga <i>Jonathan</i>		19h00-20h00 Stretching <i>Axel</i>	
20h10 - 21h10 Pilates <i>Jonathan</i>					

	Espace associatif BOISPARISIS - salle PVC		Salle parquet - Gymnase G. André		Salle judo- Gymnase G. André
	Espace ass. BOISPARISIS - salle parquet		PARKING BOISPARISIS		

Adresses des salles de cours

Gymnase Géo André : 1, rue de la Division Leclerc - 77270 Villeparisis
Espace Associatif BOISPARISIS : rue Salvador Allende - 77270 Villeparisis