












FÉDÉRATION FRANÇAISE  
SPORTS POUR TOUS

# ASSOCIATION LA FERRAGE

RENSEIGNEMENTS

PRESIDENTE : ANY TAILLARDAT / Tél : 06 23 16 77 67

## PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Rentré le 03/09/2018		GYMNASSE DANDREIS	GYMNASSE CANDAU	GYMNASSE DANDREIS	<b>NOUVEAUTE</b>	GYMNASSE DANDREIS	GYMNASSE CANDAU
		<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b>VENDREDI</b>	<b>VENDREDI</b>
		<b>12H15 -13H15</b>	<b>19H30 -21H30</b>	<b>12H15 -13H15</b>	<b>18H30- 19H 30</b>	<b>12H15 -13H15</b>	<b>18H00 - 19H30</b>
<b>S E M A I N E</b>	<b>A</b>	 BODYSCLPT	 STEP / ABDOS FESSIERS	CUISSES ABDOS FESSIERS	CONCERNE LES MOIS DE SEPTEMBRE OCTOBRE MAI ET JUIN LE 2ème ET 4ème JEUDI DE CHAQUE MOIS	BodyZen	 AERO MOVE/DANCE ABDOS GAINAGE
	<b>B</b>	<b>STEP ENERGIE</b>	 AERO MOVE/DANCE ABDOS GAINAGE	CIRCUIT TRAINING	PARCOURS URBAIN RDV PLACE DU GRAND JARDIN	BodyZen	 STEP / ABDOS FESSIERS
	<b>C</b>	FIT BODY POUND 	 STEP/ ABDOS FESSIERS	CUISSES ABDOS FESSIERS	CONCERNE LES MOIS DE SEPTEMBRE OCTOBRE MAI ET JUIN LE 2ème ET 4ème JEUDI DE CHAQUE MOIS	BodyZen	FIT HULA HOOP BODY 
	<b>D</b>	<b>BODYSTEP/ BODY BARRE</b>	FIT HULA HOOP BODY 	CIRCUIT TRAINING	PARCOURS URBAIN RDV PLACE DU GRAND JARDIN	BodyZen	FIT BODY BALL 