

# PLANNING DES ACTIVITÉS FITNESS ÉTÉ 24

Du 6 JUILLET 2024 au 31 AOUT 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10h30-11h15	10h30-11h15	10h30-11h15	10h30-11h15	10h30-11h15
STRETCHING	YOGA RENFORCEMENT	GYM DOUCE	PILATES	CIRCUIT TRAINING
		16h-16h45	16h-16h45	
		CAF	YOGA DOUX	
17h00-18h30*	17h00-18h30	17h00-18h30	17h00-18h30	17h00-18h00
YOGA ENERGIE plan d'eau challier	TOURNOI BADMINTON 8-12 ans	TOURNOI SPORT CO 13 ANS ET +	TOURNOI SPORT CO 8-12 ANS	PILATES



## RENSEIGNEMENTS A L'ACCUEIL

Accès autorisé à partir de 16 ans (autorisation parentale requise).

15€/personne le cours collectifs

4€/personne par tournoi

Nombre de places limité.

Réservations sur:  
[reservation.signal-lessaisies.com](http://reservation.signal-lessaisies.com)

ou au 04.79.31.43.48

\* rendez-vous à l'accueil du Signal, cours d'une heure