

PROGRAMME DES ANIMATIONS

Lundi 9 mars			
HORAIRES	ACTIVITES	Rendez-Vous	ANIMATRICE
14h30 à 16h30	Sortie pédestre ✍	THERMES	STEPHANIE
17h à 17h30	Stretching ✍		
Mardi 10 mars			
8h30 à 9h	Oxygénation dans le parc thermal ✍	THERMES	STEPHANIE
9h à 9h30	Elastiques ✍		
14h30 à 16h30	Sortie pédestre ✍		
17h à 17h30	Gym douce ✍		
Mercredi 11 mars			
14h30 à 16h30	Sortie pédestre ✍	THERMES	STEPHANIE
17h à 17h30	Abdos fessiers ✍		
Jeudi 12 mars			
8h30 à 9h	Oxygénation dans le parc thermal ✍	THERMES	STEPHANIE
9h à 9h30	Cuisses - Abdos ✍		
14h30 à 16h30	Sortie pédestre ✍		
17h à 17h30	Stretching ✍		
Vendredi 13 mars			
14h30 à 16h30	Sortie pédestre ✍	THERMES	STEPHANIE
17h à 17h30	Renforcement haut du corps ✍		

ATTENTION aux logos : ✍ Inscription obligatoire la veille