

AnimaNice GORBELLA 2015 2016

		8h30			9h à 10h			10h à 11h			11h à 12h			12h à 13h			13h à 14h			14h à 15h			15h à 16h			16h à 17h			17h à 18h			18h à 19h			19h à 20h			20h à 21h			21h30		
		9h	9h30	9h45	10h	10h30	10h45	11h	11h30	11h45	12h	12h30	12h45	13h	13h30	13h45	14h	14h30	14h45	15h	15h30	15h45	16h	16h30	16h45	17h	17h30	17h45	18h	18h30	18h45	19h	19h30	19h45	20h	20h30	20h45						
LUNDI	3ème	STRETCHING			BODY GYM						BODY GYM						BODY GYM						BODY GYM			FAC			PILATES			KARATE Ado Ad.											
	4ème	PILATES			GYM DOS			PILATES												GRS			BABY GYM			GRS			DANSE RAGGA			Danse Orientale											
	5ème																						JUDO 4/6ans			JUDO 6/8			JUDO 8/12			FULL CONTACT Ado Ad.											
	6ème	8H30			MUSCULATION AVEC PROF						13H30						15H30			MUSCULATION AVEC PROF						20H00																	
	7ème	8H30			CARDIO						12H30									16H00			CARDIO						20H00														
	S/Sol				Séances dirigées training d'1/2 heure à 9h15 et 11h15															Séances dirigées training d'une 1/2 heure à 17h15 et 19h15																							
Théâtre																			Arts plastiques			DESSIN Ad av.																					
MARDI	3ème	STRETCHING			POWER GYM						BODY GYM									POWER GYM			STRETCHING			FAC			BODY GYM														
	4ème	FAC																		FUNK 1			FUNK 2			ZUMBA 16ans et +			LIA														
	5ème	YOGA Av.			YOGA Déb.															Taekwondo 4/6			Taekwondo 7/11			Taekwondo Ado Ad.			AIKIDO Ado Ad.														
	6ème	8H30			MUSCULATION AVEC PROF						13H30						15H30			MUSCULATION AVEC PROF						20H00																	
	7ème				10H00			CARDIO			12H30									16H00			CARDIO						20H00														
	S/Sol				Séance dirigée training d'1/2 heure à 11h15															Séances dirigées training d'une 1/2 heure à 17h15 et 19h15																							
Théâtre																			THEATRE Enf.			THEATRE Ado			THEATRE adultes																		
MERCREDI	3ème	BODY GYM			STRETCHING									DANSE JAZZ enf.			DANSE CLAQUETTES enf.			FAC			BODY GYM			POWER GYM			BODY GYM														
	4ème										DANSE CLASSIQUE 1/2			DANSE CLASSIQUE 3			DANSE JAZZ Ado			DANSE JAZZ Adultes Av.			DANSE CLAQUETTES Ado Ad.																				
	5ème										AIKIDO 5/8			AIKIDO 9/14			KARATE 4/6			KARATE 7/10			KARATE 11/14			PILATES			YOGA			KARATE Ado Ad											
	6ème	8H30			MUSCULATION AVEC PROF						13H30						15H30			MUSCULATION AVEC PROF						20H00																	
	7ème																																										
	S/Sol																																										
Théâtre																																											
JEUDI	3ème	STRETCHING			BODY GYM						BODY GYM						BODY GYM						FAC			POWER GYM			STRETCHING			BODY GYM											
	4ème	PILATES			GYM DOS			PILATES			DANSE COUNTRY												DANSE EVEIL 1			DANSE EVEIL 2			DANSE SALSA Déb			DANSE SALSA Av.											
	5ème																						JUDO 6/8ans			JUDO 8/12ans			FULL CONTACT Enf 9/13			FULL CONTACT Ado Ad.											
	6ème	8H30			MUSCULATION AVEC PROF						13H30						15H30			MUSCULATION AVEC PROF						20H00																	
	7ème	8H30			CARDIO						12H30									16H00			CARDIO						20H00														
	S/Sol				Séances dirigées training d'1/2 heure à 9h15 et 11h15															Séances dirigées training d'une 1/2 heure à 17h15 et 19h15																							
Théâtre																						peinture à l'huile Ad.																					
VENDREDI	3ème	ZUMBA 16ans et +			POWER GYM						BODY GYM									POWER GYM			FAC			BODY GYM																	
	4ème	BODY GYM																					STRETCHING			LIA			FUNK 3			ZUMBA 16ans et +											
	5ème	YOGA Av.			YOGA Déb.															Taekwondo 4/6			Taekwondo 7/11			Taekwondo Ado Ad.																	
	6ème	8H30			MUSCULATION AVEC PROF						13H30						15H30			MUSCULATION AVEC PROF						20H00																	
	7ème				10H00			CARDIO			12H30																																
	S/Sol				ANGLAIS moyen			ANGLAIS avancé																																			
Théâtre																																											
SAMEDI	3ème	ZUMBA 16ans et +			STRETCHING			ZUMBA 16ans et +																																			
	4ème	BODY GYM			BODY GYM																																						
	5ème	AIKIDO 5/8			AIKIDO Ado Ad.			AIKIDO 9/14																																			
	6ème	9H00			MUSCULATION AVEC PROF						12H30																																
	7ème	9H00			CARDIO						12H30																																

AnimaNice GORBELLA - PLANNING DES COURS EN SALLE SAISON 2015-2016

La Direction de l'Animation et de la Vie Associative se réserve le droit de modifier les horaires ou la nature des activités proposées ou d'annuler un cours si le nombre d'inscrits s'avère insuffisant pour justifier son maintien. Les cours enfants et jeunes sont interrompus durant les vacances scolaires.

Activités OPEN

Activités FIXES