association vivre à chapeiry

PLANNING ACTIVITÉS SALLE DE CHAPEIRY

lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi	
08h45 à 09h45	**Circuit training** Adultes		bibliothèque scolaire			09h00 à 10h00	**Qi gong** Adultes		
09h45 à 10h45	**Pilates** Adultes								
10h45 à 11h30	**Gym douce** Seniors			10h30 à 11h30	**Activité arts créatifs** Enfants 3-11 ans				
14h00 à 17h30	**Couture**								
		17h00 à 17h45	**Danse Eveil** Enfants 3/5 ans	17h00 à 18h15	**Atelier Anglais (1x/mois)**				
		18h30 à 19h30	**Abdos Fessiers** Adultes	18h45 à 19h30	**Méditation** Adultes				
		19h30 à 20h30	**Cardio Boxing** Adultes			19h15 à 20h30	Vini Yoga Adultes & Ados		

association vivre à chapeiry

PLANNING ACTIVITÉS SALLE DE SAINT SYLVESTRE

lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi	
		18h15 à 19h	**Street dance/Street Latino** Enfants 6/9 ans						
19h00 à 20h00	**Circuit training** Adultes	19h00 à 20h00	**Street dance/Street Latino** Ado 10/15 ans						
20h00 à 21h00	**Pilates** Adultes								