

SPORT SANTE EPGV Albertville

Planning Saison 2025/2026.

www.sportsante-albertville.com

Jours	Animateurs	Horaires	Animations	Salle et lieu de pratique	Intensité
Lun	Chantal Laetitia Laetitia	9h/00/10h00 10h00/11h00 11h00/12h00	Zen Mou Yoga dynamique Pilates ball/Yoga dynamique	Cassin Cassin Cassin	XX XXX XXX
	Françoise	18h45/19h45	PILATES	Cassin	XXX
	Jean Louis		Randonnées	+infos sur le site du club	
Mar	Ginette Salem	9h00/10h00 9h30/11h00	Fitness Gainage Marche Nordique	Salle polyvalente Pallud Parc Henry Dujol <u>inscription obligatoire</u>	XXX Niveau XXX Limité à 25 P
	Chantal	10h45/11h45	Gym Harmonie	Atrium Gilly	XX
	Claude	13h45/15h30	Balade Nordique	Parc Henry Dujol <u>inscription obligatoire</u>	Niveau X 25 P Maxi
	Françoise Sylvie	12h30/13h30 18h30/19h30	PILATES Fitness	Cassin Gymnase Jeanne d'Arc	XXX XXX
Mer	Club BOXE	9h30/10h30	Cardio boxe	Gymnase F.Picard Sauvay <u>inscription obligatoire</u>	Limité à 18 P XXXX
	Ginette	18h00/19h30	Marche Nordique	Parc Henry Dujol <u>inscription obligatoire</u>	Niveau XXX Limité à 25 P
	Françoise Sylvie	18h30/19h30 19h30/20h30	PILATES Fitness INTENSE	Cassin Cassin	XXX XXXX
Jeu	Salem	8h45/9h45	Fitzen	Cassin	XXX
	Marie	8h30/9h30	APA	Atrium Gilly	XX
	Chantal	9h30/10h30	Vita Gym	Atrium Gilly	XX
	Laetitia	10h30/11h30	Hatha Yoga	Atrium Gilly	XX
	Murielle	17h00/18h00	Body Art/MixFitness	Gym municipal salle 4	XXXX
Ven	Marie Benoît Benoît	8h45/9h45 9h00/10h00 10h00/11h00	Body Zen Atout Gym Sylver Gym	Cassin Salle des Sports Gilly Salle des Sports Gilly	XX XXX XX
	Murielle	9h30/11h15	Marche Nordique	Parc Henry Dujol <u>inscription obligatoire</u>	Niveau XX+ Limité à 25 P
	Jenna Ginette	16h00/17h00 17h00/18h00	Yoga Vinyasa Zenitude	Cassin Cassin	XX XXX
	Murielle	18h15/19h45	Gym cocktail	Cassin 1/semaine/2	XXXX
	Carla	18h15/19h45	Gym cocktail	Cassin 1 Semaine/2	XXXX