



## Planning de la Section Santé Loisirs - SAISON 2024 / 2025

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
<b>Marche Nordique (MN)</b>	Beaujolais matin		Beaujolais matin		Beaujolais matin
<b>Accompagnement Running (AR)</b>		Villefranche soir		Villefranche soir	
<b>Remise en Forme (RM) (gymnase)</b>	Belleville soir	Villefranche midi		Villefranche midi	
<b>Condition Physique (CP) (stade)</b>			Belleville soir		

<b>Marche Nordique</b>	Lundi de 10h à 11h30 Mercredi de 8h30 à 11h30 Samedi de 9h00 à 12h00	1 groupe le Lundi 2 groupes d'1h30 le Merc et le Sam (débutant & confirmé) voir Blog
<b>Accompagnement Running</b>	Mardi de 17h30 à 18h45... Mardi de ...18h45 à 20h00 Jeudi de 17h30 à 18h45 ... Jeudi ...18h45 à 20h00	Villefranche (Stade le mouton) Sorties sur route possible – voir Blog
<b>Remise en Forme</b>	Lundi de 17h30 à 19h30 Mardi de 12h15 à 13h15 Jeudi de 12h15 à 13h15	Belleville (Salle Marc Julien) 2 fois 1h Villefranche (Gymnase le Garet) Villefranche (Gymnase le Garet)
<b>Condition Physique</b>	Mercredi de 18h30 à 19h30	Belleville (Stade)

**Renseignements : Renaud Jaillardon 07-70-96-20-80**