

# LE CHARDON BLEU - SPORT SANTÉ



## PLANNING "ANNUEL" DU SPORT SANTÉ Cycle de 10 séances d'une heure renouvelable du lundi 3 octobre 2022 au vendredi 14 avril 2023

*sous réserve de modifications par le club en fonction des inscriptions*

V4 - 220827

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9 h					
10 h					
11 h	<b>GYM DOUCE FITNESS SANTÉ</b>				
12 h					
13 h					
14 h					
15 h	<b>AQUA SANTÉ 15 h 30 / 16 h 30</b>	<b>TENNIS SANTÉ</b>			<b>AQUA SANTÉ 15 h 30 / 16 h 30</b>
16 h		<b>TENNIS SANTÉ</b>			
17 h					
18 h					
19 h					
20 h					

Revoir \* semaines neutralisées N° 43 - 44 - 48 - 51 - 52 - 3 - 7 - 8 - 16 - 17 - 20

**\*\* STAGES AQUA SANTE - TENNIS SANTÉ - FITNESS SANTÉ : 2 cycles de 10 séances**

1er cycle du lundi 3 octobre 2022 au vendredi 13 janvier 2023

Semaines des 3 - 10 - 17 octobre, 7 - 14 - 21 novembre, 5 - 12 décembre, 2 - 9 janvier

2e cycle du lundi 23 janvier 2023 au vendredi au vendredi 14 avril 2023

Semaines des 23 - 30 janvier, 6 - 27 février, 6 - 13 - 20 - 27 mars, 3 - 10 avril