

# LE CHARDON BLEU - SPORT SANTÉ

**CLUB**  
**TENNIS - AQUA**  
**FITNESS**  
**SANTÉ**



## PLANNING "ANNUEL" DU SPORT SANTÉ

**Cycle de 10 séances d'une heure renouvelable**  
**du lundi 15 septembre 2025 au vendredi 19 juin 2026**

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

V2 - 250813

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h10				AQUA SANTÉ	
10 h					
11 h		TENNIS SANTÉ			TENNIS SANTÉ
12 h	FITNESS SANTÉ GYM DOUCE				
13 h					
14 h					
15 h					
16 h					
17 h					
18 h					
19 h					

AQUA SANTÉ	TENNIS SANTÉ	FITNESS SANTÉ	
MAXI	8	6	12

### Planning des semaines de cours

** STAGES AQUA SANTÉ : 3 cycles de 10 séances
1er cycle du jeudi 18 septembre 2025 au jeudi 11 décembre 2025 inclus Jeudi 18 - 25 septembre, 2, 9 - 16 octobre, 6 - 13 - 20 novembre, 4 - 11 décembre
2e cycle du jeudi 18 décembre 2025 au jeudi 20 mars 2026 inclus Jeudi 18 décembre, 8 - 15 - 22 - 29 janvier, 5 - 12 février, 5 - 12 - 19 mars 2026 inclus
3e cycle du jeudi 26 mars 2026 au jeudi 18 juin 2026 inclus Jeudi 26 mars, 2 - 9 - 30 avril, 7 - 14 - 28 mai, 4 - 11 - 18 juin

** STAGES TENNIS SANTÉ (MARDI & VENDREDI) : 3 cycles de 10 séances
1er cycle du lundi 15 septembre 2025 au lundi 8 décembre 2025 inclus Lundi 15 - 22 - 29 septembre, 6 - 13 octobre, 3 - 10 - 17 novembre, 1 - 8 décembre
2e cycle du lundi 15 décembre 2025 au lundi 16 mars 2026 inclus Lundi 15 décembre, 5 - 12 - 19 - 26 janvier, 2 - 9 février, 2 - 9 - 16 mars 2026 inclus
3e cycle du lundi 23 mars 2026 au lundi 15 juin 2026 inclus Séances des 23 - 30 mars - 6 - 27 avril - 4 - 11 - 25 mai, 1er - 8 - 15 juin

FITNESS SANTÉ GYM DOUCE (LUNDI)
30 SÉANCES SEMAINES DU 15 SEPTEMBRE 2025 AU 15 JUIN 2026 (Calendrier des 30 semaines)