



Association LA GYM SYMPA  
Faites le plein d'énergie !

# Planning des activités 2025/2026

(Du lundi 1<sup>er</sup> septembre 2025 au mardi 30 juin 2026)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
10h30				
11h	10h45-11h45 <b>Pilâtes</b> Véronique S.		11h-12h <b>Zumba KIDS (7-11 ans)</b> Véronique S.	
11h30				
12h				
16h				
16h30				- Préparation -
17h		- Préparation -		16h45-17h45 <b>Sport santé adapté</b> Claudia
17h30		17h20-18h20 <b>Gym KIDS (5-9)</b> Claudia	- Préparation -	
18h				- Rangement et préparation -
18h30		18h20-19h20 <b>Gym Kids (9-15)</b> Claudia	18h-19h <b>Hatha Yoga</b> Sophie Elise CHALET	18h00-19h00 <b>Renforcement musculaire</b> Claudia
19h		- Préparation STEP -	- Attente -	
19h30		19h30-20h30 <b>STEP Energy</b> Véronique L.	19h10-20h10 <b>Hatha Yoga</b> Sophie Elise CHALET	- Préparation -
20h			19h10-20h10 <b>Renforcement musculaire</b> Claudia	19h30-20h30 <b>Zumba</b> Charlotte
20h30				

Pas d'activités pendant les vacances scolaires (sauf rattrapage) y compris les jours fériés.