

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



GYM DOUCE & PILATES

09:30 - 10:30

Adultes
Séniors
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE

Pilates

14:00 - 15:00

Adultes
Séniors
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé

SALLE DE DANSE

Renforcement Musculaire

15:00 - 16:00

Adultes
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE

Qi Gong

17:30 - 18:30

Adultes
Séniors
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE

Pilates

18:30 - 19:30

Adultes
Familles
Séniors
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE



mardi





BODY CHALLENGE

09:00 - 10:00

Adultes
Familles
Séniors
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE

Body Zen

18:00 - 19:00

Adultes
Séniors
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

19:00 - 20:00

Adultes
Familles
Séniors
Adolescents

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE



jeudi



Renforcement musculaire

18:00 - 19:00

Adultes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DE DANSE



vendredi



Gym douce

10:00 - 11:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DE DANSE

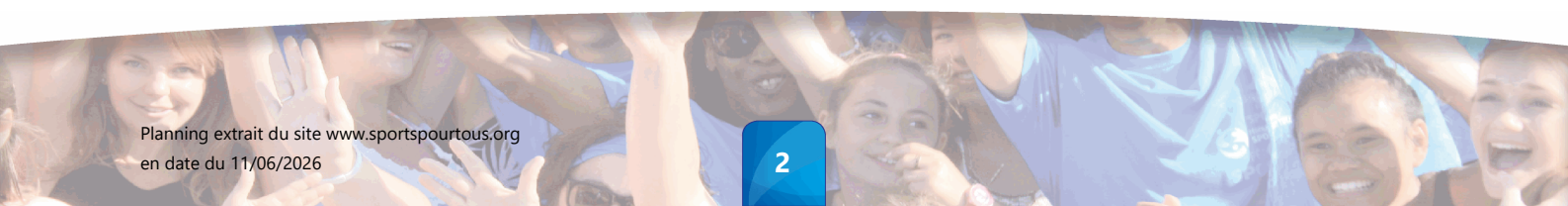
Gym douce

11:00 - 12:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DE DANSE





Lieux & contacts



Siège

CLUB DE GYMNASTIQUE PLOERMEL
RUE PIERRE DE COUBERTIN
56800 PLOERMEL
T 06 19 22 91 27
clubgymSPORTSPOURTOUS@gmail.com



Lieux de pratique

SALLE DE DANSE
RUE PIERRE DE COUBERTIN
SALLE DE DANSE
56800 PLOERMEL

