

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



ZEN ATTITUDE

09:30 - 10:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES

ZEN ATTITUDE

10:30 - 11:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES

GYM ENTRETIEN

14:00 - 15:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES

GYM ENTRETIEN
RETRAITES

15:15 - 16:15

Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES

ZEN ATTITUDE

18:00 - 19:00

Adultes
Séniors
Adolescents

Débutant
Confirmé

SALLE DE LIMUR

PILATES

18:00 - 19:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES

BODY SCULPT

19:00 - 20:00

Adultes
Adolescents

Débutant
Confirmé

SALLE DE LIMUR

PILATES

19:00 - 20:00

Adultes

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES

ZUMBA

20:00 - 21:00

Adultes
Adolescents

Débutant
Confirmé

SALLE DE LIMUR

DANSES en ligne

20:00 - 21:03

Adultes
Adolescents

Débutant
Confirmé

SALLE DES FÊTES



mardi

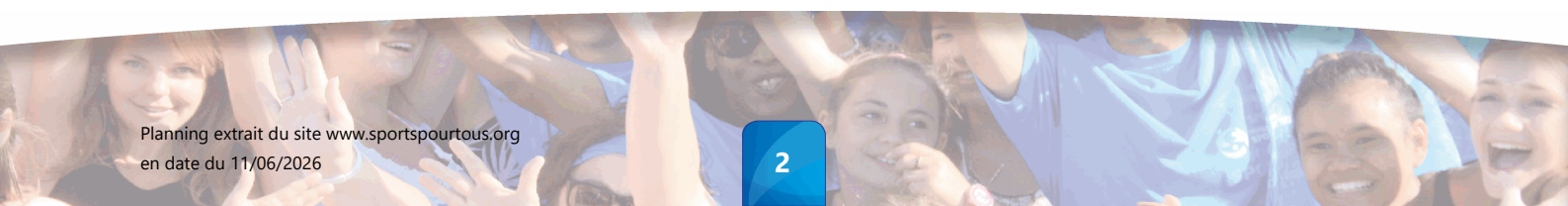




| | | | | |
|--------------------------------|---------------|--------------------|----------------------|------------------------------|
| Etirements renforcement | 09:30 - 10:30 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| QI GONG | 10:30 - 12:00 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| PILATES | 11:05 - 12:00 | Adultes | Débutant Confirmé | FOYER LOGEMENT DE PENHOET |
| PILATES | 11:45 - 12:45 | Adultes | Confirmé | FOYER LOGEMENT DE PENHOET |
| GYM ENTRETIEN SENIORS | 15:00 - 16:00 | Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| GYM HOMMES | 17:45 - 18:45 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| GYM HOMMES | 18:45 - 19:45 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| GYM MAINTIEN EN FORME | 20:00 - 21:00 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |



mercredi





| | | | | |
|----------------------------|---------------|------------------------|----------------------|------------------------------|
| GRS | 10:00 - 12:00 | Enfants | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| GRS | 14:00 - 15:00 | Enfants | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| MULTISPORTS Enfants | 15:30 - 16:30 | Enfants | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| EVEIL GYMNIQUE | 16:30 - 17:30 | Enfants | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| STRETCHING Séniors | 18:00 - 19:00 | Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| PILATES | 18:00 - 19:00 | Adultes | Confirmé | FOYER LOGEMENT DE PENHOET |
| STRETCHING | 19:00 - 20:00 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| PILATES | 19:00 - 20:00 | Adultes | Confirmé | FOYER LOGEMENT DE PENHOET |
| GYM Tonique | 20:00 - 21:00 | Adultes Adolescents | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |



jeudi

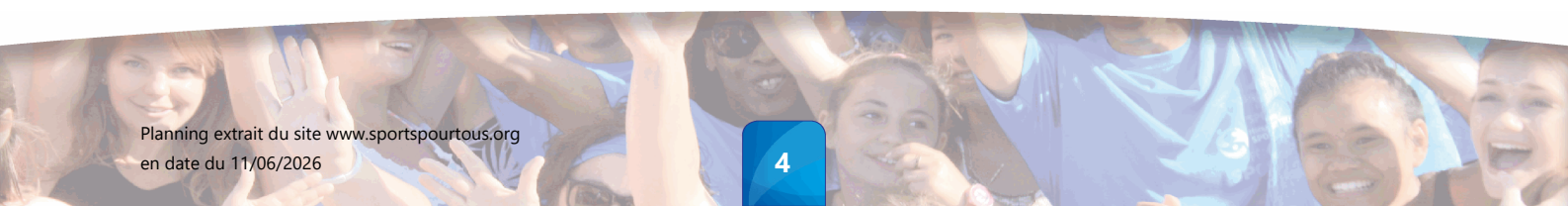




| | | | | |
|----------------------|---------------|------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| BODY SCULPT | 10:15 - 11:15 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| PILATES | 10:30 - 11:30 | Séniors Adultes | Débutant Confirmé | FOYER LOGEMENT DE PENHOET |
| PILATES | 12:00 - 13:00 | Adultes | Confirmé | FOYER LOGEMENT DE PENHOET |
| GYM SENSITIVE | 14:00 - 15:00 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| Stretching | 15:00 - 16:00 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| GYM HOMMES | 17:45 - 18:45 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| GYM HOMMES | 18:45 - 19:45 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| gym tonique | 19:00 - 20:00 | Adultes Adolescents | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| STRETCHING | 20:00 - 21:00 | Adultes Adolescents | Débutant Confirmé Expert | SALLE DES FÊTES |
| GYM Tonique | 20:00 - 21:00 | Adultes Adolescents | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| DANSE en Igne | 21:00 - 22:00 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |

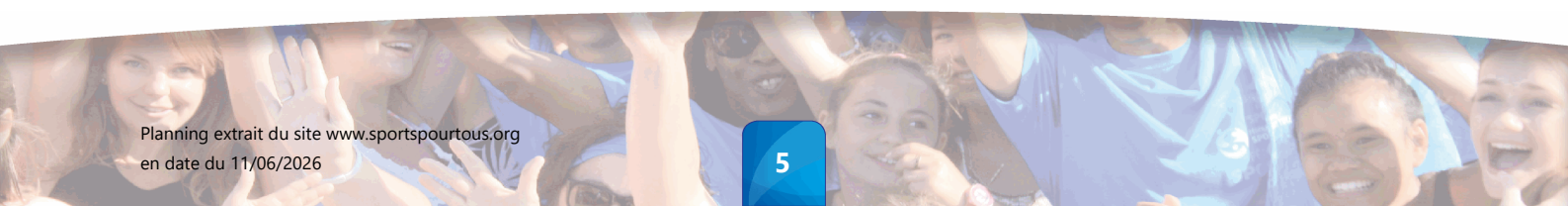


vendredi





| | | | | |
|-------------------------|---------------|-----------------------------------|----------------------|-----------------|
| GYM SENSITIVE | 09:45 - 10:45 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| Stretching | 10:45 - 11:45 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| GYM Equilibre | 14:00 - 15:00 | Adultes Séniors | Débutant Confirmé | SALLE DES FÊTES |
| Gym Posturale | 14:00 - 15:00 | Adultes | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| GYM Adaptée | 15:00 - 16:00 | Séniors Adultes | Débutant | SALLE DES FÊTES |
| Renfo Musculaire | 18:00 - 19:00 | Adultes Séniors Adolescents | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| GYM Tonique | 18:30 - 19:30 | Adultes Adolescents | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |
| ZUMBA | 20:00 - 21:00 | Adultes Adolescents | Débutant Confirmé | SALLE DE LIMUR |





Lieux & contacts



Siège

ASSOCIATION SENE-GYM
Place de la Fraternité
Mairie Séné
56860 SENE
T 02 97 54 28 82
marite.lemestre@laposte.net



Lieux de pratique

EXTERIEUR

56860 SENE

SALLE DE LIMUR

RUE DE LIMUR
56860 SÉNÉ

SALLE DES FÊTES

PLACE COFFORNIC
56860 SENE

FOYER LOGEMENT DE PENHOET

RUE DES MARRONNIERS
56860 SENE

SALLE DES ASSOCIATIONS

RUE DU 19 MARS 1962
56860 SÉNÉ

STADE LE DERF

ROUTE DE MOUSTÉRIAN
56860 SENE

