FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORTS POUR TOUS

PLANNING
DE VOTRE CLUB
2026-2027

AMBILLY SPORTS
LOISIRS
2 RUE DES ECOLES
LA MARTINIERE

FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORTS POUR TOUS

Retrouvez les adresses des lieux de pratique en fin de document

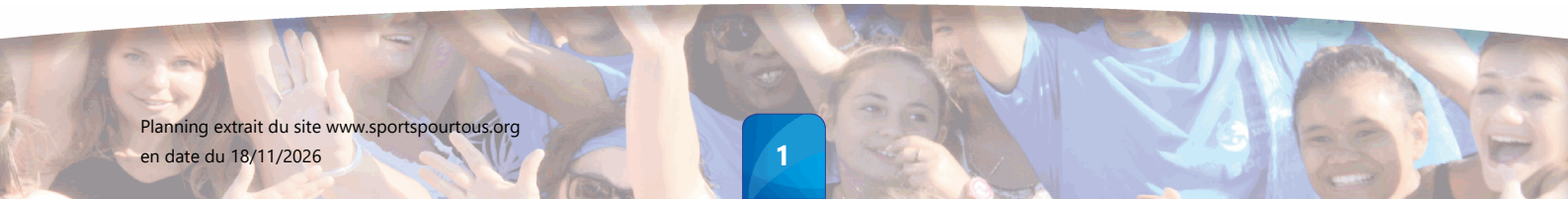
lundi

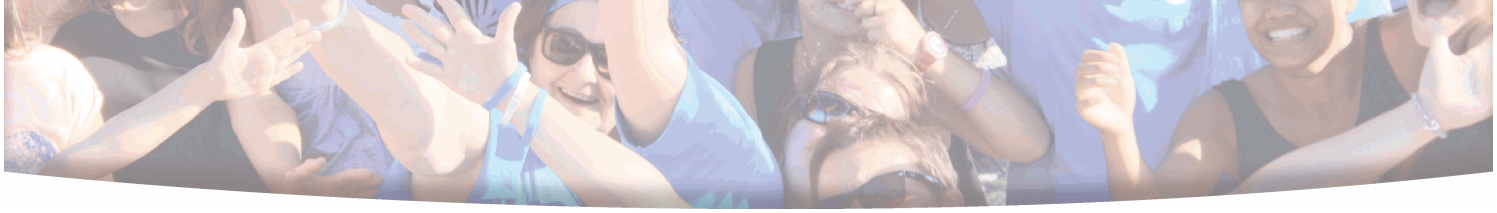
RENFO MUSCUL	09:00 - 10:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé	GYMNASE L VEYRAT
GYM DOUCE	10:00 - 11:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	GYMNASE L VEYRAT
BODY TONIC	18:00 - 19:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE
GYM BALL CORE	19:00 - 20:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE

mardi

HATA YOGA	09:00 - 10:00	Adultes	Débutant Confirmé	GYMNASE L VEYRAT
STRETCHING	10:00 - 11:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	GYMNASE L VEYRAT

mercredi





CUISSES ABDOS	09:00 - 10:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE
DOS STRETCH	10:00 - 11:00	Adultes Séniors Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE
CORE TRAINING	17:30 - 19:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE
YOGA ART	19:00 - 20:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE

jeudi

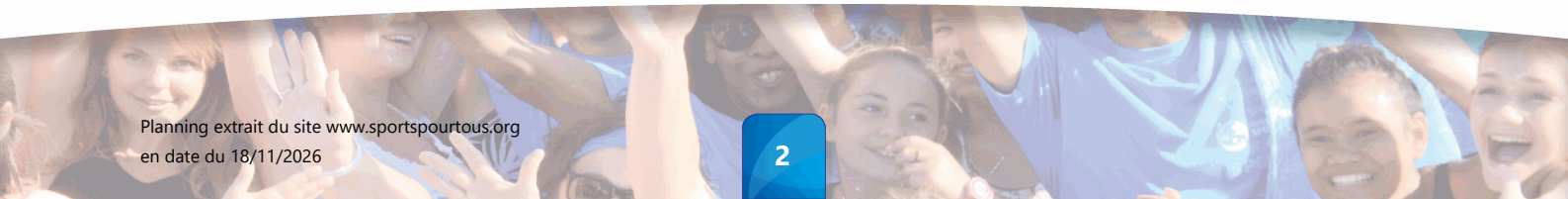
CUISSES ABDOS FESSIERS	17:30 - 18:30	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE
CARDIO STEP	18:30 - 19:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	LA MARTINIERE

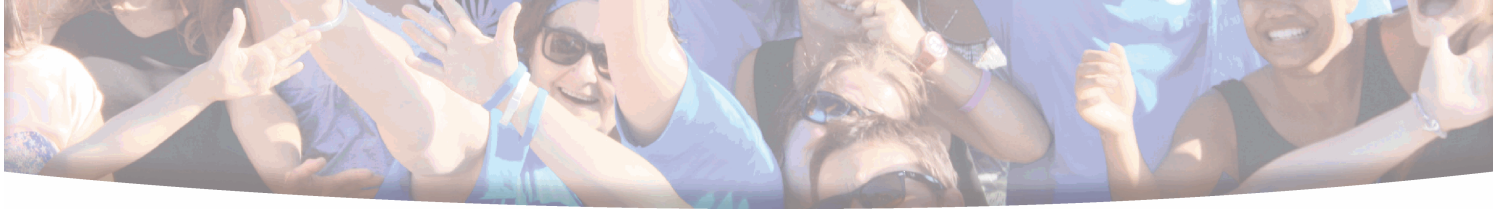
vendredi

RENFO MUSCUL	09:00 - 10:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	GYMNASE L VEYRAT
GYM DOUCE	10:00 - 11:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé	GYMNASE L VEYRAT

samedi

MARCHE NORDIQUE	09:00 - 11:00	Séniors Adultes	Débutant Confirmé	GYMNASE L VEYRAT





Lieux & contacts

Siège

AMBILLY SPORTS LOISIRS
2 RUE DES ECOLES
LA MARTINIERE
74100 AMBILLY
T 0699474303
aslambilly@gmail.com

Lieux de pratique

GYMNASE L VEYRAT
74100 AMBILLY

LA MARTINIERE
2 RUE DES ECOLES
74100 AMBILLY

