

Retrouvez les adresses des lieux  
de pratique en fin de document



**lundi**



**YOGA Pilates**

08:30 - 09:30

Adultes

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC

**Pilates**

10:30 - 11:30

Séniors

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC

**Gym Douce**

12:15 - 13:15

Séniors

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC

**Yoga Pilates**

13:15 - 14:15

Séniors

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC

**Circuit Training**

16:30 - 17:30

Adultes

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC

**Circuit Training**

17:30 - 18:30

Adultes

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC

**YOGA**

18:30 - 20:00

Adultes

Débutant  
Confirmé  
Expert

COMPLEXE FRANÇOIS  
MAURIAC



**mardi**





<b>Pilates</b>	16:00 - 17:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
----------------	---------------	--------------------	--------------------------------	---------------------------

<b>Body Sculpt</b>	17:00 - 18:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
--------------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------

<b>SWISS BALL</b>	18:00 - 19:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------



**mercredi**



<b>Circuit training</b>	16:30 - 17:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------

<b>SWISS BALL</b>	16:30 - 17:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------

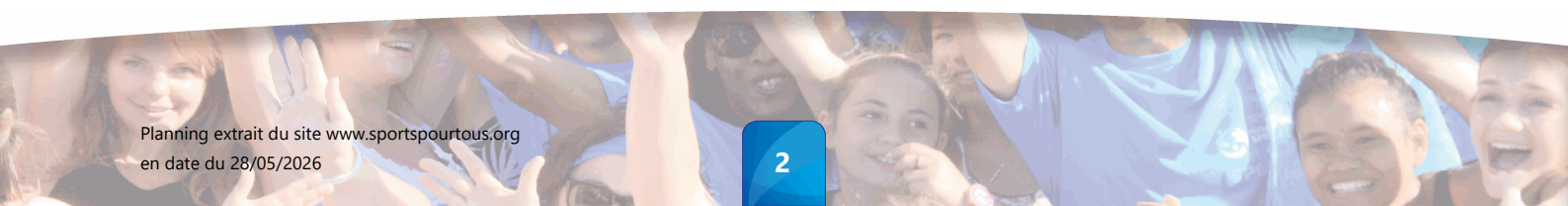
<b>Circuit Training</b>	17:30 - 18:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------

<b>Pilates</b>	17:30 - 18:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
----------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------

<b>YOGA</b>	18:30 - 20:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------



**jeudi**





<b>Yoga</b>	10:30 - 11:30	Séniors Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>Pilates</b>	16:00 - 17:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>YOGA</b>	16:00 - 17:00	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>Relaxation Meitiation</b>	17:15 - 18:15	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC



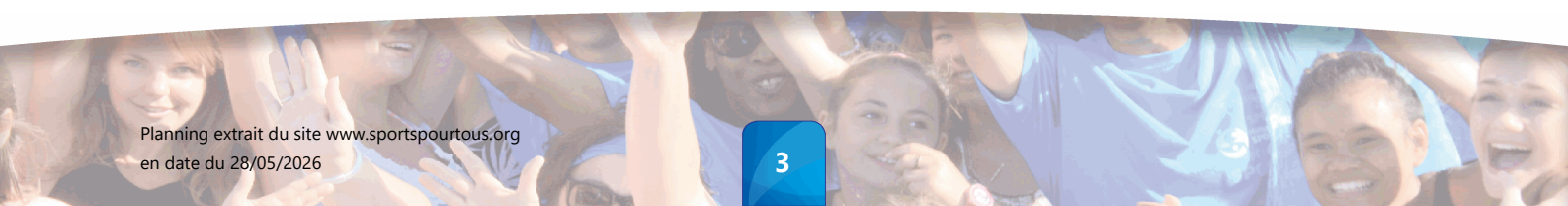
## vendredi



<b>Pilates</b>	10:30 - 11:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>Gym douce équilibre/ stretching</b>	12:00 - 13:00	Séniors	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>Danse Strech</b>	13:00 - 14:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>Circuit Training</b>	16:30 - 17:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
<b>Pilates</b>	17:30 - 18:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC



## samedi





<b>Circuit training</b>	08:30 - 09:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------

<b>Pilates</b>	09:30 - 10:30	Adultes	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
----------------	---------------	---------	--------------------------------	---------------------------



## dimanche



<b>Marche Nordique</b>	08:00 - 10:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
------------------------	---------------	--------------------	--------------------------------	---------------------------

<b>Yoga</b>	08:15 - 09:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC
-------------	---------------	--------------------	--------------------------------	---------------------------



## Lieux & contacts



### Siège

ASSOCIATION TOUS EN FORME NSM  
6 BIS RUE JULES LAMANT ET SES FILS  
93330 NEUILLY SUR MARNE  
T 0681338575  
tousenforme-nsm@outlook.fr



### Lieux de pratique

**COMPLEXE FRANÇOIS MAURIAC**  
36 AVENUE FRANÇOIS MAURIAC  
93330 NEUILLY SUR MARNE

