

























 Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document

 lundi					
Pilates	09:00 - 10:00	Adultes Séniors Adolescents	Confirmé Expert	SALLE POLYVALENTE	
 mardi					
Renforcement musculaire	09:00 - 10:00	Adultes Familles Séniors Adolescents	Débutant Confirmé	SALLE POLYVALENTE	
 mercredi					
Qi Quong	10:15 - 11:15	Adultes Familles Séniors Adolescents	Débutant Confirmé	SALLE POLYVALENTE	
 jeudi					
Pilates	09:00 - 10:00	Adultes Familles Séniors Adolescents	Débutant Confirmé	SALLE POLYVALENTE	
Cross training	21:00 - 22:00	Adultes Adolescents	Débutant Confirmé	SALLE POLYVALENTE	



vendredi



09:00 - 10:00



Adultes
Séniors
Adolescents



Débutant
Confirmé
Expert



SALLE POLYVALENTE

**renforcement musculaire,
équilibre**

Techniques douces

10:15 - 11:15

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

SALLE POLYVALENTE



Lieux & contacts



Siège

CLUB SPORTS ET LOISIRS DE VILLERS-SAINT-FRAMBOURG
PLACE DE LA MAIRIE
MAIRIE
Villers St Frambourg
60810 VILLERS ST FRAMBOURG OGNON
T 0344544410

amjoassim@gmail.com



Lieux de pratique

SALLE POLYVALENTE
PLC DE LA MAIRIE
60810 VILLERS ST FRAMBOURG

