

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



Gym d'entretien

09:00 - 10:00

Adultes
Séniors

Débutant

QUARTIER DU BURCK

Pilâtes

10:00 - 11:00

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

QUARTIER DU BURCK

Etirements du dos/posture

11:00 - 12:50

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

QUARTIER DU BURCK

Toutes danses

14:30 - 15:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé

QUARTIER DU BURCK



mardi



Gym douce

09:30 - 10:30

Adultes
Séniors

Débutant

QUARTIER DU BURCK

**Etirements du dos et
posture**

10:30 - 12:25

Adultes
Séniors

Débutant

QUARTIER DU BURCK

Marche moyen/rapide

14:00 - 15:30

Adultes
Séniors

Débutant

QUARTIER DU BURCK



jeudi





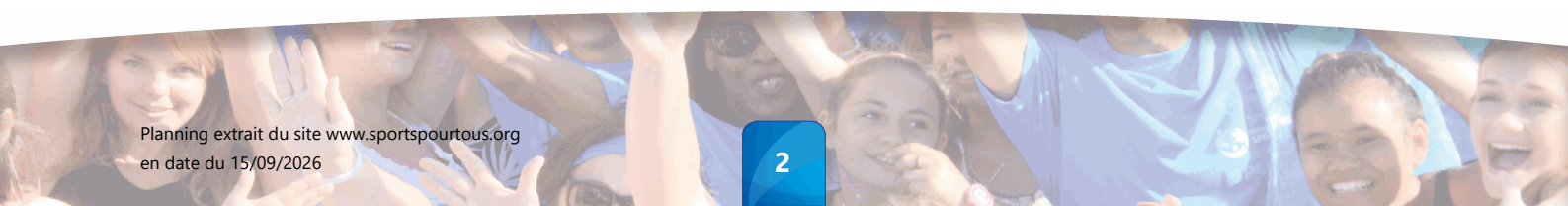
Renforcement Musculaire	09:15 - 10:15	Adultes Séniors	Débutant	QUARTIER DU BURCK
Pilâtes	10:00 - 11:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK
Etirements/Stretch	10:15 - 11:15	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK
Pilâtes	11:15 - 12:15	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK
Marche Nordique tranquille	14:00 - 15:45	Adultes Séniors	Débutant	QUARTIER DU BURCK



vendredi



Gym d'entretien	09:00 - 10:00	Adultes Séniors	Débutant	QUARTIER DU BURCK
Yoga	09:30 - 10:45	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK
Pilâtes	10:00 - 11:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK
Etirements du dos et posture	11:00 - 12:50	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK
Marche Nordique, moyen/rapide	14:00 - 15:55	Adultes Séniors	Débutant Confirmé	QUARTIER DU BURCK





Lieux & contacts



Siège

ON BOUGE...
41 BIS ALLEE DU BOIS DU STADE
33700 MERIGNAC
T 0752076122
onbouge@mailo.com



Lieux de pratique

QUARTIER DU BURCK
33700 MERIGNAC [33700]

