



Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



mardi



Renforcement musculaire

07:30 - 08:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS

Renforcement musculaire

08:30 - 09:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS

Renforcement musculaire

15:00 - 17:30

Adultes
Séniors

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS

Renforcement musculaire

17:30 - 18:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS

Renforcement musculaire

18:30 - 19:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS



jeudi



Renforcement musculaire

08:00 - 09:00

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS

Baby gym

15:00 - 16:00

Enfants

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS

Renforcement musculaire

16:30 - 17:30

Adolescents
Personnes
handicapées
Adultes
Femmes
enceintes
Séniors

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS



samedi



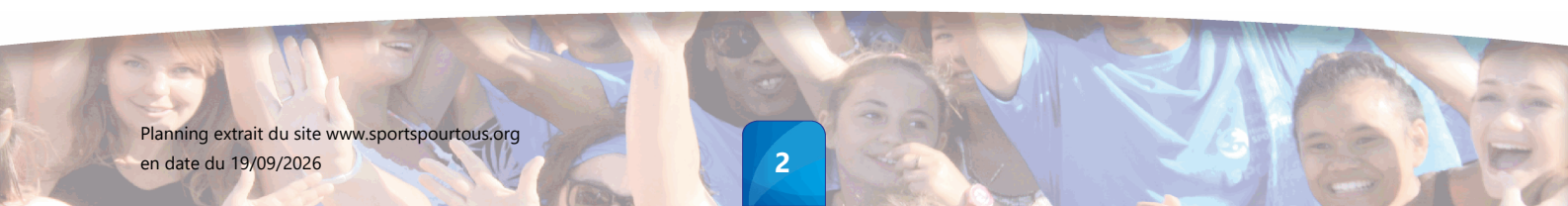
Renforcement musculaire

07:00 - 08:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE OMNISPORTS





Lieux & contacts



Siège

JEUNESSE SPORTIVE PLOUGUENAST
MAIRIE DE PLOUGUENAST
33 RUE DU GENERAL DE GAULLE
22150 PLOUGUENAST
T 06 58 12 53 40
ccrystal13@orange.fr



Lieux de pratique

EXTERIEUR

22150 PLOUGUENAST

SALLE OMNISPORTS

RUE DU STADE
22150 PLOUGUENAST

