



Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi





**Accès libre Cardio-training
et Musculation**

07:30 - 21:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Gym d'entretien

10:15 - 11:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

circuit training

11:15 - 12:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

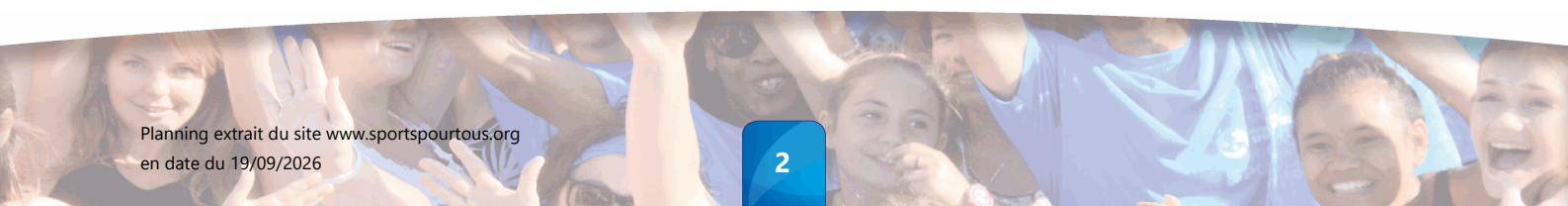
yoga

12:15 - 13:30

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP





**coaching,
accompagnement sur
plateau cardio-training et
musculaton**

14:00 - 15:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant

SALLE CMP

stretching

15:15 - 16:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Gym d'entretien

16:15 - 17:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

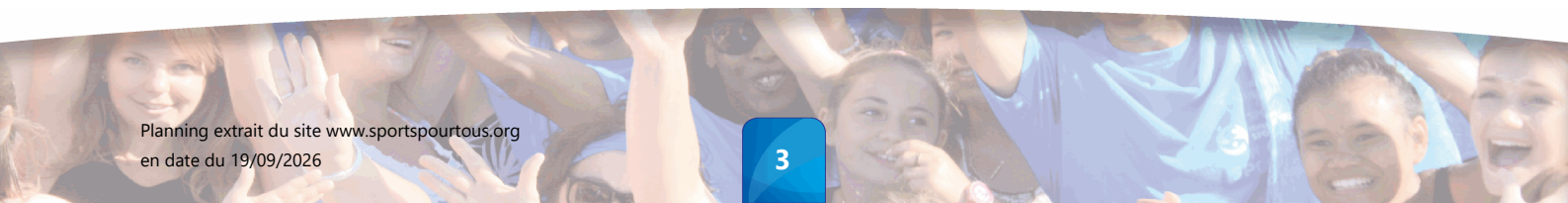
circuit training

17:15 - 18:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP





cardio renffo swissball

18:15 - 19:00

Adultes

Familles

Séniors

Personnes

handicapées

Adolescents

Avec

prescription

médicale

Débutant

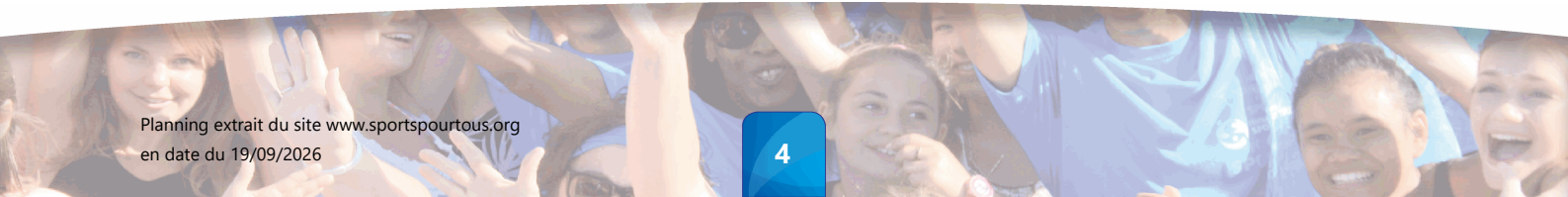
Confirmé

Expert

SALLE CMP



mardi





**Accès libre Cardio-training
et Musculation**

07:30 - 21:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DU CMP

Circuit training

10:15 - 11:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DU CMP

Pilates

11:15 - 12:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

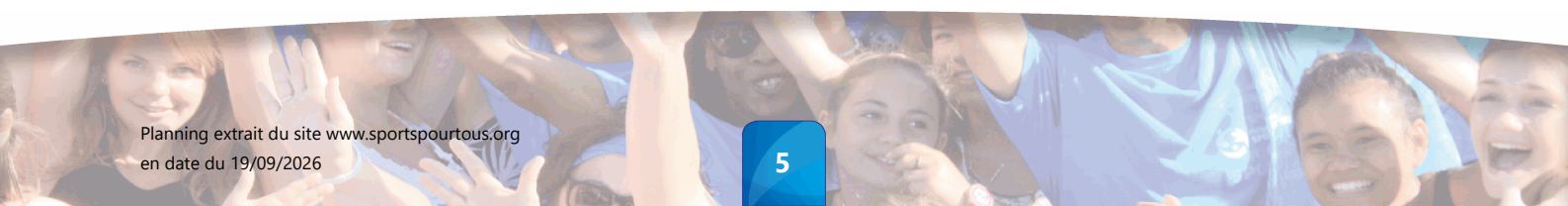
Pilates

12:15 - 13:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP





pilates santé

16:15 - 17:00

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant

SALLE CMP

Cross Training

17:15 - 18:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Pilates

18:15 - 19:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP



mercredi





**Accès libre Cardio-training
et Musculation**

07:30 - 21:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

circuit training

09:30 - 10:15

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

gym tonic

10:30 - 11:15

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

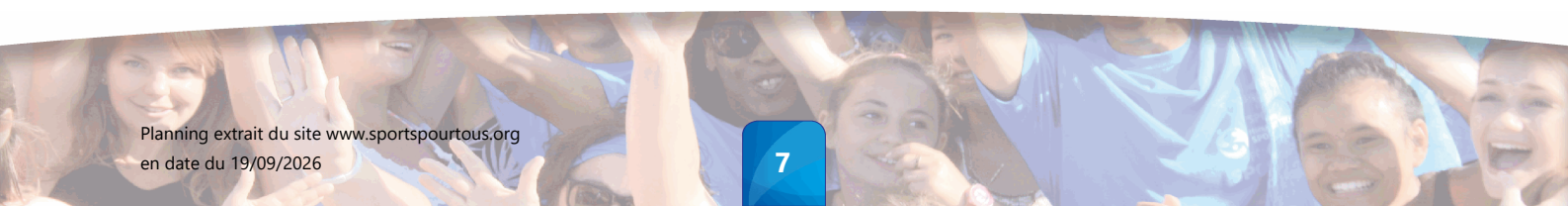
stretching

11:30 - 12:15

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP





jeudi



**Accès libre Cardio-training
et Musculation**

07:30 - 21:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

swissball

10:00 - 10:45

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

gym douce et stretching

11:00 - 11:45

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

yoga

12:00 - 13:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP



**Retour à l'Activité
Physique**

14:00 - 14:45

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

gym douce

15:00 - 15:45

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Fit'Kids

17:00 - 17:45

Enfants

Débutant
Confirmé

SALLE CMP

bodybarre

18:00 - 18:30

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

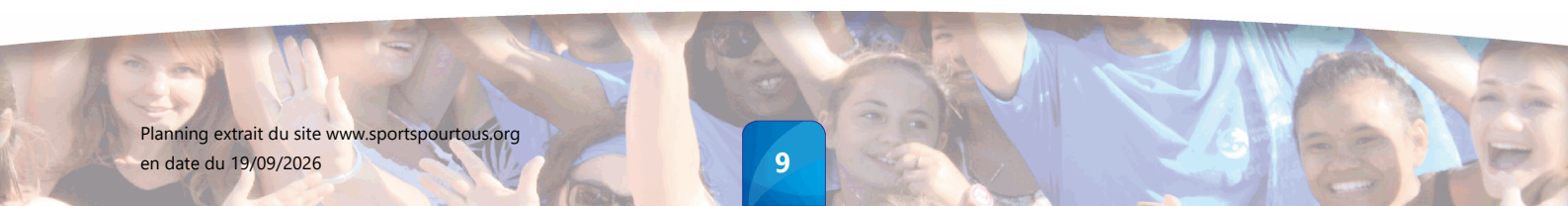
cardio step

18:30 - 19:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

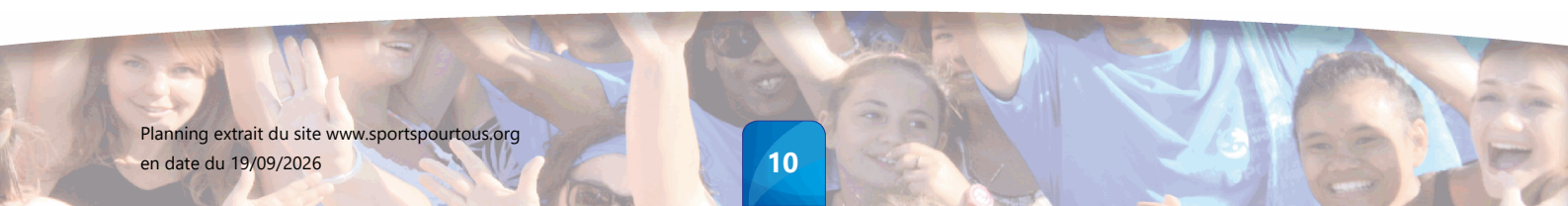




zumba	19:15 - 20:00	Adultes	Débutant	SALLE CMP
		Familles	Confirmé	
		Séniors	Expert	
		Personnes		
		handicapées		
		Adolescents		
		Avec		
		prescription médicale		



vendredi





**Accès libre Cardio-training
et Musculation**

07:30 - 21:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Cuisse Abdo Fessier

10:15 - 11:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Pilates

11:15 - 12:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

Barre au sol

12:15 - 13:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

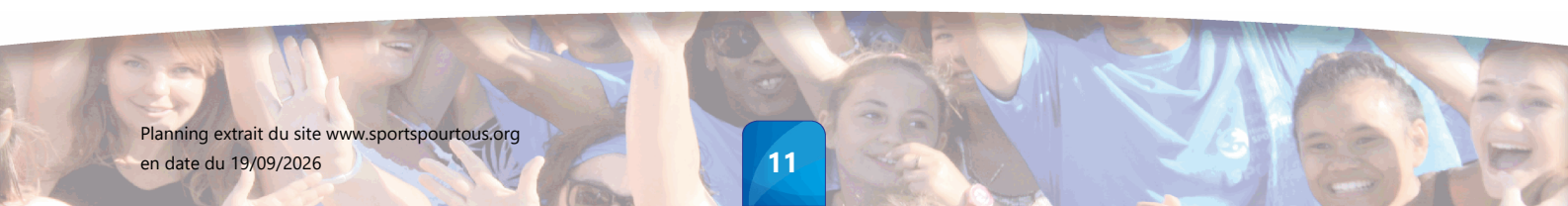
Afro Jazz Ado

17:15 - 18:00

Adolescents

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE DU CMP





Afro Jazz Adulte

18:15 - 19:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP



samedi



Accès libre Cardio-training et Musculation

07:30 - 21:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

zumba

10:00 - 11:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP

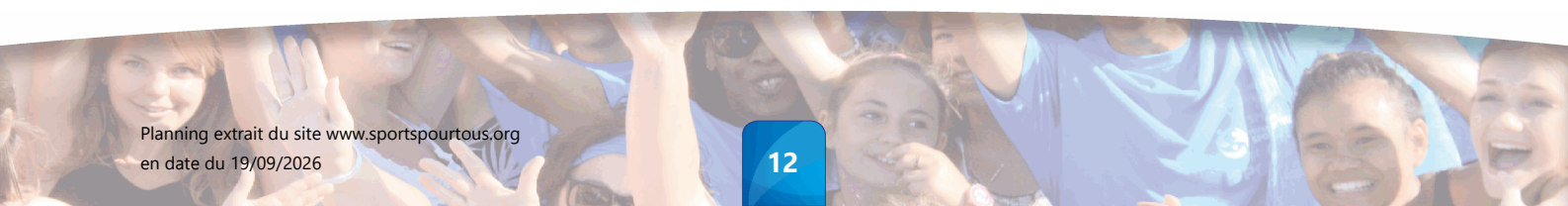
Strong Nation

11:15 - 12:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé
Expert

SALLE CMP





dimanche



07:30 - 21:00



Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Avec
prescription
médicale



Débutant
Confirmé
Expert



SALLE CMP



**Accès libre Cardio-training
et Musculation**



Lieux & contacts



Siège

CLUB DE MUSCULATION PAIMPOLAIS
RUE RENE CASSIN
22500 PAIMPOL
T 02 96 55 01 53
clubmuscupaimpol@gmail.com



Lieux de pratique

PLATEAU MULTISPORT

CHAMP DE FOIRE
22500 PAIMPOL

SALLE CMP

RUE RENÉ CASSIN
22500 PAIMPOL

SALLE DES FÊTES DE PLOUNEZ

CHEMIN DE LANDOUÉZEC
22500 PAIMPOL

SALLE DES FÊTES PAIMPOL

13 QUAI LOTI
22500 PAIMPOL

SALLE DU CMP

RUE RENE CASSIN
22500 PAIMPOL

