

Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



Pilates/de Gasquet

11:30 - 12:30

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE MUNICIPALE
SARDINE

Pilates/de Gasquet

12:30 - 13:30

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE MUNICIPALE
SARDINE

Relaxation voyage sonore

14:45 - 16:30

Adultes
Séniors
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE MUNICIPALE
SARDINE



mardi



Yoga Postural

12:15 - 13:15

Adultes
Séniors
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE MUNICIPALE
SARDINE



mercredi



Marche nordique

10:30 - 12:00

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

BOIS DES SOURCES DU
PEUGUE

Pilates De Gasquet

17:20 - 18:20

Adultes
Séniors
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

MAISON MUNICIPALE
NOËS

Sophrologie

18:30 - 19:45

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

MAISON MUNICIPALE
NOËS



jeudi



Pilates/de Gasquet

11:00 - 12:00

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

MAISON MUNICIPALE
NOËS

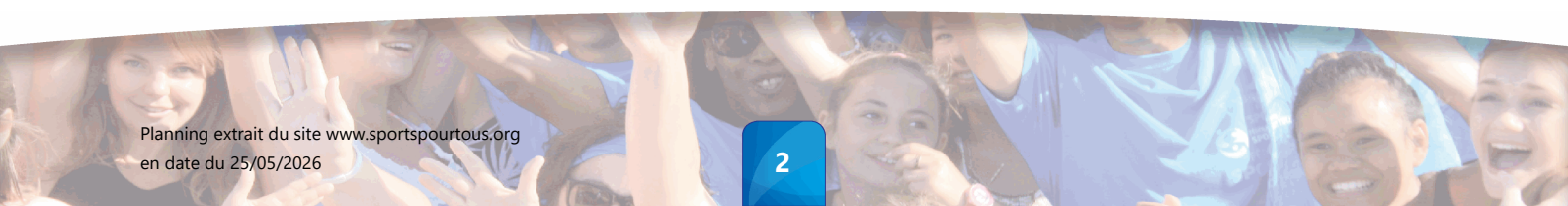
Yoga Postural

12:00 - 13:00

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale
Adolescents
Femmes
enceintes

Débutant
Confirmé
Expert

MAISON MUNICIPALE
NOËS





vendredi



Yoga postural

09:00 - 10:00

Adultes
Séniors
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

MAISON MUNICIPALE
NOËS

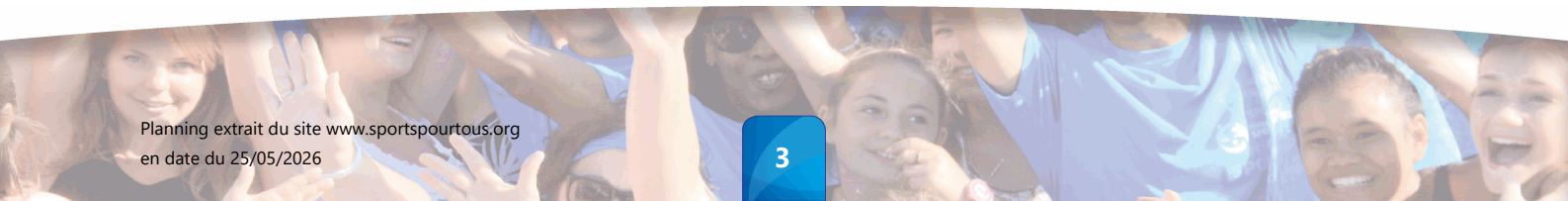
Gym douce

10:00 - 12:00

Adultes
Séniors
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

MAISON MUNICIPALE
NOËS





Lieux & contacts



Siège

ÇA VA MIEUX EN BOUGEANT : ATELIERS SPORT BIEN-ÊTRE
37 AVENUE MAURICE FAYE
33600 PESSAC
T 0681693858
cmieuxenbougeant@gmail.com



Lieux de pratique

BOIS DES SOURCES

132 CHEMIN DES SOURCES
33610 CESTAS

FORÊT DE CANÉJAN

CHEMIN SALVADOR ALLENDE
33610 CANEJAN

PARC FONTAUDIN

AVENUE RAYMOND POINCARÉ
33600 PESSAC

SIÈGE SOCIAL

37 AVENUE MAURICE FAYE
33600 PESSAC

BOIS DES SOURCES DU PEUGUE

33600 PESSAC

MAISON MUNICIPALE NOËS

RUE PIERRE BROSSOLETTE
33600 PESSAC

SALLE MUNICIPALE SARDINE

23 AVENUE MONTESQUIEU
33600 PESSAC

