

<i>Aquagym</i>			
Lundi	11H30	Piscine Mourlon	Sedo
Lundi	12H30	Piscine Mourlon	Sedo
Lundi	12H30	Piscine La Plaine	Christian
Lundi	18H30	Piscine saint Germain	Hugues
jeudi	16H30	Piscine saint Germain	Cedric
Vendredi	18H30	Piscine saint Germain	Fabien
<i>Natation</i>			
Lundi	11H30	Piscine La Plaine	Christian
Lundi	19H30	Piscine saint Germain	Hugues
<i>Gym Douce</i>			
Lundi	9H15	Racing Club de France	Maryse
Lundi	10H15	Racing Club de France	Maryse
Lundi	11H15	Racing Club de France	Maryse
Lundi	14H45	Dojo Grenelle	Marianne
Mercredi	10H15	Gymnase Cévennes	Maryse
Mercredi	11H15	Gymnase Cévennes	Maryse
Mercredi	12H	Gymnase Ilot Saint Germain	Hugo
Mercredi	12H15	Gymnase Cévennes	Maryse
Mercredi	16H45	Gymnase Masseran	Marie Claude
vendredi	13H45	Centre C3B	Hugo
<i>Atelier Equilibre et Prevention des chutes</i>			
Mardi	14H	Centre C3B	Vrej
<i>Relaxation</i>			
jeudi	14H	Dojo Grenelle	Vrej
jeudi	15H	Dojo Grenelle	Vrej
<i>Gym douce sur chaise</i>			
Mardi	10H	Foyer Alma Bosquet	Maryse
Mardi	11H	Foyer Alma Bosquet	Maryse
Vendredi	11H	Centre C3B	Maryse
<i>Renforcement musculaire</i>			
Lundi	15H	Gymnase Ilot Saint Germain	Vrej
Lundi	16H	Gymnase Ilot Saint Germain	Vrej
Mardi	13H45	Dojo Grenelle	Julie
Mercredi	12H	Gymnase Emile Anthoine	Julie
Vendredi	12H15	Gymnase Cévennes	Vrej
<i>Gym Dynamique</i>			
Mardi	12H15	Gymnase Cévennes	Vrej
Mercredi	13H	Gymnase Emile Anthoine	Julie
<i>Pilates</i>			
Lundi	17H	Gymnase Ilot Saint Germain	Julie
Mardi	14H45	Dojo Grenelle	Julie
Mercredi	13H	Gymnase Ilot Saint Germain	Hugo
Vendredi	11H30	Centre C3B	Hugo
Vendredi	12H30	Centre C3B	Hugo
Vendredi	16H30	Gymnase Masseran	Julie
<i>Stretching mobilité</i>			
jeudi	10H15	Centre C3B	Marianne
<i>Stretching equilibre</i>			
jeudi	11H15	Centre C3B	Marianne
<i>Hatha yoga dynamique</i>			
Mardi	12H15	Gymnase Cévennes	Marianne
jeudi	12H30	Centre C3B	Marianne
<i>Tai Chi Qi Gong</i>			
Vendredi	14H45	Centre C3B	Alain
<i>Tai Chi Bang</i>			
Lundi	13H45	Dojo Grenelle	Alain
<i>Danse en ligne</i>			
Mardi	14H	Dojo Grenelle	Ariane
<i>Self Defense</i>			
jeudi	14H	Dojo Grenelle	Benjamin
<i>Marche nordique</i>			
Mardi	10H	Bois de Boulogne	Gregory
<i>Marche Nordique Dynamique</i>			
jeudi	9H30	Bois de Boulogne	Vrej
<i>Marche Forme Santé</i>			
Vendredi	10H	Pont Bir -Hakeim	Gregory
<i>Randonnée Pédestre</i>			
Mardi/ jeudi	Journée	Région Parisienne	1 à 2 /mois