

Piscine Mourlon			
<i>56 rue Emeriau, Paris 15 /Métro Charles Michel</i>			
Lundi	11H30	Aquagym	Sedo
Lundi	12H30	Aquagym	Sedo
Piscine La Plaine			
<i>13 rue du général Guillaumat, Paris 15 / Métro Porte de Versailles</i>			
Lundi	11H30	Natation	Christian
Lundi	12H30	Aquagym	Christian
Piscine saint Germain			
<i>12 rue Lobineau, Paris 6 / Métro Mabillon</i>			
Lundi	18H30	Aquagym	Hugues
Lundi	19H30	Natation	Hugues
jeudi	16H30	Aquagym	Cedric
Vendredi	18H30	Aquagym	Fabien
Racing Club de France			
<i>5 rue Eblé, Paris 7 /Métro Duroc ou Saint François Xavier</i>			
Lundi	9H15	Gym Douce	Maryse
Lundi	10H15	Gym Douce	Maryse
Lundi	11H15	Gym Douce	Maryse
Foyer Alma Bosquet			
<i>14 rue Pierre Villey, Paris 7 /Métro Ecole Militaire</i>			
Mardi	10H	Gym douce sur chaise	Maryse
Mardi	11H	Gym douce sur chaise	Maryse
Centre C3B			
<i>54 rue Emeriau, Paris 15 / Métro Charles Michel</i>			
Mardi	14H	Atelier Equilibre et Prevention des chutes	Vrej
jeudi	10H15	Stretching mobilité	Marianne
jeudi	11H15	Stretching equilibre	Marianne
jeudi	12H30	Hatha yoga dynamique	Marianne
Vendredi	11H	Gym douce sur chaise	Maryse
Vendredi	11H30	Pilates	Hugo
Vendredi	12H30	Pilates	Hugo
vendredi	13H45	Gym Douce	Hugo
Vendredi	14H45	Tai Chi Qi Gong	Alain
Gymnase Cévennes			
<i>11 rue de la Montagne d'Aulas, Paris 15 / Métro Lourmel</i>			
Mardi	12H15	Hatha yoga dynamique	Marianne
Mardi	12H15	Gym Dynamique	Vrej
Mercredi	10H15	Gym Douce	Maryse
Mercredi	11H15	Gym Douce	Maryse
Mercredi	12H15	Gym Douce	Maryse
Vendredi	12H15	Renforcement musculaire	Vrej
Gymnase Ilot Saint Germain			
<i>10, rue Saint Dominique, Paris 7 / Métro Solférino - Invalides</i>			
Lundi	15H	Renforcement musculaire	Vrej
Lundi	16H	Renforcement musculaire	Vrej
Lundi	17H	Pilates	Julie
Mercredi	12H	Gym Douce	Hugo
Mercredi	13H	Pilates	Hugo
Gymnase Masseran			
<i>6 rue Masseran, Paris 7 / Métro Duroc</i>			
Mercredi	16H45	Gym Douce	Marie Claude
Vendredi	16H30	Pilates	Julie
Gymnase Emile Anthoine			
<i>9 rue Jean Rey Paris 15 / Métro Bir-Hakeim</i>			
Mercredi	12H	Renforcement musculaire	Julie
Mercredi	13H	Gym Dynamique	Julie
Dojo Grenelle			
<i>21-23 rue de l'amiral Roussin, Paris 15 / Métro Emile Zola /Cambronne</i>			
Lundi	13H45	Tai Chi Bang	Alain
Lundi	14H45	Gym Douce	Marianne
Mardi	13H45	Renforcement musculaire	Julie
Mardi	14H	Danse en ligne	Ariane
Mardi	14H45	Pilates	Julie
jeudi	14H	Relaxation	Vrej
jeudi	14H	Self Defense	Benjamin
jeudi	15H	Relaxation	Vrej
Bois de Boulogne			
<i>Porte d'Auteuil, sortie de la ligne 10</i>			
Mardi	10H	2H Marche nordique	Gregory
jeudi	9H30	2H Marche Nordique Dynamique	Vrej
Pont Bir -Hakeim			
<i>Métro Bir-hakeim</i>			
Vendredi	10H	1H30 Marche Forme Santé	Gregory
Région Parisienne			
Mardi/ jeudi	Journée	Randonnée Pédestre	1 à 2 /mois