

PLANNING ANNUEL Saison 2025 – 2026 (V1)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin	09H00 - 10H00 Coaching Perso Egigny		Multisports Baby à Marolles				
			09h/ 09h45 : 3 ans				09H30 – 11H30 Coaching Perso Brion
			10h/ 10h45 : 4 ans			10H30-11H30 Renf Musc à St Denis les Sens	
Après-midi	15H00-16H30 ZUMBA-NAP St Clément	14H30 – 15H30 Gym douce Dammarié	15H15 – 16H15 Coaching Perso Saligny ou Paron	15H15 – 16H15 R.Musc Gym.D Vertilly		14H30 – 15H30 Coaching Perso St Martin/O	
		17H00 – 18H00 Bien être Leclerc Sens	17H00 – 18H00 ZUMBA à Maillot	17H00 – 18H00 Bien être Leclerc Sens	16H30 – 17H30 Coaching Perso Vimpelles	16H30 – 17H30 Coaching Perso Egigny	
Soir	17H30 – 18H30 ZUMBA à St Clément			18H30 – 19H30 ZUMBA à Saligny			
	19H30 – 20H30 ZUMBA à Chatenay	*19H00 – 20H00 Renf Musc à Maillot *19H00 – 20H00 ZUMBA à Plessis du Mée	19H30 – 20H30 Renf Musc à Chatenay	20H30 – 21H30 ZUMBA à Michery	19H00 – 20H00 ZUMBA à Marolles		

Zumba Fitness (7 cours 2 JLG + 4 clubs)	Gymnase A.Mimoun de St Clément
Zumba NAP (1 cours, 1 école)	Salle des fêtes de Saligny / Salle des fêtes de Châtenay sur seine / Salle des fêtes de Michery / Salle des fêtes de Maillot / Gymnase de Marolles sur seine / Salle des sports de Plessis du Mée Zumba N.A.P (Nouvelles Activités Périscolaires)
Bien être en Entreprise (2 cours)	Gymnase Harmonie au Lycée Sainte Colombe Entreprise Leclerc St Denis Les sens
Multisports Baby (3 cours)	Gymnase Marolles sur Seine
Gymnastique Douce	Association « Et Nous Alors » Village d'Or Intergénérationnel Dammarié Les Lys
Renforcement Musculaire (4 cours, 3 clubs+ 1 JLG)	Salle des fêtes de Châtenay sur Seine / Salle des fêtes de Maillot (*1 semaine sur 2) / Ancienne Mairie de Vertilly (*1 semaine sur 2) / Gymnase harmonie St Denis les sens
Coaching	Coaching personnel ou groupe Remise en forme (ind).....

