

# ASMB GYM FITNESS - COURS VACANCES PRINTEMPS 2026

## SAMEDI 18 AVRIL

• 09h30/10h15	RM	Magali	Colas salle de gym
• 10h15/11h00	Zumba	Magali	Colas salle de gym

## LUNDI 20 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Isaline	Salle Genevoix
• 10h00/11h00	Pilates/Stretching débutant	Isaline	Salle Genevoix
• 11h00/11h45	RM	Magali	Salle Genevoix
• 11h45/12h45	Zumba	Magali	Salle Genevoix
• 18h00/19h00	RM	Marion	Colas salle de gym
• 18h00/19h00	Abdos Fessiers/Stretching	Aline	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	Zumba	Aline	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	Step intermédiaire	Isaline	Ladoumègue salle de gym
• 20h00/21h00	Lia intermédiaire	Isaline	Ladoumègue salle de gym

## MARDI 21 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Mylène	Colas salle de gym
• 10h00/11h00	RM	Mylène	Colas salle de gym
• 09h00/10h00	Pilates intermédiaire	Isaline	Salle Genevoix
• 10h00/11h00	Abdos-Fessiers/Stretching	Isaline	Salle Genevoix
• 18h00/19h00	RM	Marion	Colas salle de gym
• 19h00/20h00	Pilates débutant	Aline	Salle Genevoix

## MERCREDI 22 AVRIL

• 10h30/11h15	RM	Magali	Salle Genevoix
• 11h15/12h00	Pilates/Stretching débutant	Magali	Salle Genevoix
• 12h15/13h00	RM	Aline	Salle Genevoix
• 13h00/13h45	Pilates intermédiaire	Aline	Salle Genevoix
• 19h00/20h30	RM/Stretching	Marion	Colas salle de gym

## JEUDI 23 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Isaline	Colas salle de gym
• 10h00/11h00	RM	Isaline	Colas salle de gym
• 09h30/10h30	RM	Aline	Salle Genevoix
• 10h30/11h30	Abdos-Fessiers/Stretching	Aline	Salle Genevoix
• 14h00/15h00	Stretching	Sandrine	Salle Genevoix
• 17h30/18h15	Pilates intermédiaire	Isaline	Salle Genevoix
• 18h15/19h00	Abdos Fessiers/Stretching	Isaline	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	RM	Sandrine	Salle Genevoix
• 19h45/20h30	Zumba	Magali	Colas salle de gym
• 20h30/21h15	RM	Magali	Colas salle de gym

## VENREDI 24 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Sandrine	Colas salle de gym
• 10h00/11h00	RM	Sandrine	Colas salle de gym
• 09h30/10h30	Pilates débutant	Chloé	Salle Genevoix
• 10h30/11h30	Pilates avancé	Chloé	Salle Genevoix
• 17h45/18h45	Caf/Stretching	Sandrine	Salle Genevoix

## LUNDI 27 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Isaline	Salle Genevoix
• 10h00/11h00	Pilates/Stretching débutant	Isaline	Salle Genevoix
• 18h00/19h00	Abdos Fessiers/Stretching	Aline	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	Zumba	Aline	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	Step intermédiaire	Isaline	Ladoumègue salle de gym
• 20h00/21h00	Lia intermédiaire	Isaline	Ladoumègue salle de gym

## MARDI 28 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Mylène	Salle Brugnon
• 10h00/11h00	RM	Mylène	Salle Brugnon
• 09h00/09h45	Pilates intermédiaire	Isaline	Salle Genevoix
• 09h45/10h30	Abdos-Fessiers/Stretching	Isaline	Salle Genevoix
• 10h30/11h30	RM	Sandrine	Salle Genevoix
• 11h30/12h30	Pilates/Stretching	Sandrine	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	Pilates débutant	Aline	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	RM	Sandrine	Colas salle de gym

## MERCREDI 29 AVRIL

• 12h15/13h00	RM	Aline	Salle Genevoix
• 13h00/13h45	Pilates intermédiaire	Aline	Salle Genevoix
• 18h00/19h00	RM/Abdos-Fessiers	Sandrine	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	Pilates/Stretching	Sandrine	Salle Genevoix

## JEUDI 30 AVRIL

• 09h00/10h00	RM	Isaline	Salle Brugnon
• 10h00/11h00	RM	Isaline	Salle Brugnon
• 09h30/10h30	RM	Aline	Salle Genevoix
• 10h30/11h30	Abdos-Fessiers/Stretching	Aline	Salle Genevoix
• 14h00/15h00	Stretching	Sandrine	Salle Genevoix
• 19h00/20h00	RM	Sandrine	Salle Genevoix

## VENREDI 1er MAI

- Férié