

Tableau des cours GV Genas Saison 2023/2024

Jour	Site	Créneau	Activité	Animateur (trice)	N° cour
lundi	SALLE 3	09h00 - 10h00	Gym Tonic	Raphaële DE CELA	1
lundi	SALLE 3	10h00 - 11h00	Actigym' Senior	Raphaële DE CELA	2
lundi	Méribel J.	14h00 - 15h30	Marche Nordique	Edouard BALLARIN	3
lundi	SALLE 2	17h30 - 19h00	Qi Gong	Bernadette RUSCASSIE	4
lundi	SALLE 3	18h20 - 19h20	Gym Tonic	Jeremy AUVRAY	5
lundi	SALLE 3	19h25 - 20h25	Gym Tonic	Jeremy AUVRAY	6
lundi	SALLE 3	20h30 - 21h30	Pilates	Jeremy AUVRAY	7
mardi	SALLE 2	08h30 - 09h30	Gym Tonic	Marc TURPIN	8
mardi	SALLE 2	09h30 - 10h30	Pilates-Stretching	Marc TURPIN	9
mardi	SALLE 2	12h15 - 13h15	Gym Tonic	Marc TURPIN	10
mardi	SALLE 2	14h00 - 15h00	Gym Douce Pilates	Corinne LOMBARD	11
mardi	SALLE 2	15h00 - 16h00	Gym Stretching	Xavier GILBERT-BELLER	12
mardi	SALLE 2	16h15 - 17h45	Gym Chinoise	Xavier GILBERT-BELLER	13
mardi	SALLE 2	18h00 - 19h00	Pilates Débutant	Lamia BRAHIMI	14
mardi	SALLE 2	19h00 - 20h00	Pilates Confirmé	Lamia BRAHIMI	15
mercredi	Méribel J.	09h30 - 11h00	Marche Nordique	Bernadette RUSCASSIE	16
mercredi	SALLE 2	10h00 - 11h00	Gym Stretching	Sabine RISSONS	17
mercredi	SALLE 1	17h25 - 18h25	Full Body'Dance	Gaby PELLETIER	18
mercredi	SALLE 1	18h30 - 19h30	Gym Tonic	Thierry PONTILLE	19
mercredi	SALLE 1	19h30 - 20h30	Complet'Gym	Thierry PONTILLE	20
mercredi	SALLE 1	20h30 - 22h00	Gym Tonic Hommes	Thierry PONTILLE	21
mercredi	SALLE 4	20h00 - 21h00	Gym Douce Pilates	Corinne LOMBARD	22
jeudi	SALLE 2	09h00 - 10h00	Gym Douce Pilates	Bernadette RUSCASSIE	23
jeudi	SALLE 1	09h00 - 10h00	Pilates	Sabine RISSONS	24
jeudi	SALLE 3	9h30 - 10h30	Gym d'Entretien	Gaby PELLETIER	25
jeudi	SALLE 1	10h00 - 11h00	Gym Douce Bien Etre	Sabine RISSONS	26
jeudi	SALLE 2	10h00 - 11h00	Gym Douce Pilates	Bernadette RUSCASSIE	27
jeudi	SALLE 1	18h00 - 19h00	Total gainage	Xavier GILBERT-BELLER	28
jeudi	SALLE 3	18h30 - 19h30	Zumba	Lamia BRAHIMI	29
jeudi	SALLE 3	19h30 - 20h30	Strong Nation ®	Lamia BRAHIMI	30
jeudi	SALLE 2	18h30 - 19h30	Full Body'Dance	Gaby PELLETIER	31
jeudi	SALLE 2	19h30 - 20h30	Gym Tonic	Gaby PELLETIER	32
jeudi	SALLE 2	20h30 - 21h30	Gym Stretching	Gaby PELLETIER	33
vendredi	SALLE 3	09h00 - 10h00	Gym d'Entretien	Gaby PELLETIER	34
vendredi	Méribel J.	10h00 - 11h30	Marche Nordique	Edouard BALLARIN	35
vendredi	SALLE 3	10h00 - 11h00	Actigym'senior	Gaby PELLETIER	36
vendredi	Bassin Décines	15h00 - 16h00	Aquagym	Cédric LEMESLE	37
samedi 1 fois/mois	Méribel J.	09h30 - 11h30	Marche Nordique	Bernadette RUSCASSIE	38
samedi	SALLE 2	09h30 - 10h30	Zumba ®	Lamia BRAHIMI	39
samedi	SALLE 2	10h30 - 11h30	Strong Nation ®	Lamia BRAHIMI	40