



## SPORT SANTÉ VERSAILLES - SAISON 2024-25

Jours	Heures	Type cours Générique	#	Libellé cours	Animateurs	Lieu	Nb de places Max
Lundi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118946	Gym Tonic	Anne	SMT	26
Lundi	10h à 11h	Gym adaptée / public en besoin spécifique	125624	Prévention	Anne	SMT	15
Lundi	11h à 12h	Gym douce / Sénior / Entretien	118937	Gym d'entretien modéré	Didier	SMT	28
Lundi	12h à 13h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118947	Renforcement musculaire	Didier	SMT	25
Lundi	19h15 à 20h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118948	Renforcement musculaire	Anne	NDA	18
Lundi	20h15 à 21h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118949	Renforcement musculaire	Anne	NDA	18
Mardi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118951	Gym Tonic	Olivier	VAU	15
Mardi	9h15 à 10h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118950	Renforcement musculaire	Pascale	NDA	18
Mardi	10h à 11h30	Extérieur	118935	Gym'Oxygène (1h30)	Stéphane	HDJ	25
Mardi	10h à 11h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118952	Renforcement musculaire	Olivier	VAU	16
Mardi	10h à 11h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118963	Pilates / Stretching	Nataly	SMT	26
Mardi	10h15 à 11h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118964	Stretching	Pascale	NDA	18
Mardi	11h à 12h	Gym adaptée / public en besoin spécifique	125626	<b>Gym Adaptée Modérée</b>	Nataly	SMT	14
Mardi	11h00 à 12h00	Gym adaptée / public en besoin spécifique	125627	Gym entretien	Olivier	VAU	18
Mardi	19h15 à 20h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118980	Pilates	Marilyne	FLEU	15
Mardi	19h30 à 20h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118966	Pilates	Dorothée	VAU	15
Mardi	20h15 à 21h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118981	Yoga Dynamique	Marilyne	FLEU	15
Mardi	19h30 à 20h30	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118953	Renforcement musculaire	Catherine	NDA	16
Mardi	20h30 à 21h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118967	Pilates	Dorothée	VAU	15
Mardi	20h30 à 21h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118968	Yoga Vinyasa	Catherine	NDA	18
Mercredi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118954	Renforcement musculaire	Nataly	SMT	30
Mercredi	9h15 à 10h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118955	Renforcement musculaire	Fabienne	NDA	17
Mercredi	10h à 11h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118969	Pilates / Stretching	Nataly	SMT	30
Mercredi	10h15 à 11h15	Gym douce / Sénior / Entretien	118939	Gym d'entretien	Fabienne	NDA	17
Mercredi	11h à 12h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118970	QiGong	Cécile	SMT	25
Mercredi	11h30 à 12h30	Gym adaptée / public en besoin spécifique	125628	<b>Cours Gym Adaptée (APA)</b>	Fabienne	NDA	12
Mercredi	19h15 à 20h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118971	Pilates	Stéphane	NDA	18
Mercredi	20h15 à 21h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118956	Renforcement musculaire	Stéphane	NDA	18
Jeudi	9h30 à 10h30	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118957	Gym Tonic	Sandrine	SMT	26
Jeudi	9h30 à 10h30	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118958	Renforcement musculaire	Fabienne	NDA	17
Jeudi	9h30 à 11h	Extérieur	118933	Marche Nordique (1h30)	Anne	MN	20
Jeudi	10h30 à 11h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118978	Pilates	Sandrine	SMT	25
Jeudi	10h30 à 11h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118972	Pilates débutant/Intermédiaire	Fabienne	NDA	17
Jeudi	11h30 à 12h30	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118973	Stretching	Sandrine	SMT	25
Jeudi	11h30 à 12h30	Gym douce / Sénior / Entretien	118941	Gym Seniors	Fabienne	NDA	17
Jeudi	14h à 15h	Gym adaptée / public en besoin spécifique	125629	<b>Cours Gym Adaptée (APA)</b>	Fabienne	VAU	12
Jeudi	14h30 à 16h	Extérieur	118934	Gym'Oxygène (1h30)	Stéphane	HDJ	25
Vendredi	8h45 à 9h45	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118960	Gym Tonic	Olivier	SEV	25
Vendredi	9h à 10h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118975	Pilates Intermédiaire	Ina	VAU	19
Vendredi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	119285	Renforcement musculaire	Nataly	SMT	30
Vendredi	9h15 à 10h15	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118959	Gym Tendance Tonic	Sabine	NDA	18
Vendredi	9h45 à 10h45	Gym douce / Sénior / Entretien	118943	Gym sénior	Olivier	SEV	25
Vendredi	10h à 11h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118976	Pilates	Ina	VAU	18
Vendredi	10h à 11h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118979	Stretching	Nataly	SMT	30
Vendredi	10h15 à 11h15	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118974	Stretching Postural Méthode Moreau	Sabine	NDA	18
Vendredi	11h à 12h	Stretching / Qi Gong / Yoga / Pilates	118977	Pilates	Nataly	SMT	30
Vendredi	11h15 à 12h15	Gym douce / Sénior / Entretien	118942	Acti Gym Senior	Sabine	NDA	18
Samedi	9h à 10h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118961	Gym Tonic / Renfo	Maryline	NDA	16
Samedi	10h à 11h	Renforcement Musculaire / Gym Tonic	118962	Gym Tonic / Renfo	Maryline	NDA	16