

Programmation Vie Active 55 ans et +

Automne 2021



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Zumba 55 ans et + ¹ 10h30 à 11h30 00875 Marie-Helene		Cardio Fusion 55 ans et + 10h30 à 11h30 00349 Anne-Marie	Combo cardio-muscu-stretch 55 ans et + 10h30 à 11h45 00142 Philippe	
	Cond. Phy. En salle 55 ans et + 13h10 à 14h20 00897 Cléo		Cond. Phy. En gymnase 55 ans et + 2 13h10 à 14h20 00143 Cléo	

1. Séance annulée le 11 octobre (Action de Grâce)

2. Séance annulée le 25 novembre