

Planning horaire des groupes d'entraînement pour 2018-2019

Attention horaires et lieux susceptibles de changements

PETITE ENFANCE

Reprise des entrainements à partir du 10 septembre 2018

50 min	Baby gym 1 (2016 -2015)	mercredi de 10h à 10h50	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
50 min	Baby gym 2 (2015 -2014)	mercredi de 11h à 11h50	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
50 min	Baby gym 3 (2015-2014)	mercredi de 16h à 16h50	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
50 min	Baby gym 4 (2016-2015)	mercredi de 17h à 17h50	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
50 min	Baby gym 5 (2016-2015)	samedi de 9h30 à 10h20	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
50 min	Baby gym 6 (2015-2014)	samedi de 10h30 à 11h20	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
50 min	Baby gym 7 (2014)	samedi de 11h30 à 12h20	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé

1h30	Ecole de gym 1 (2013-2012)	mercredi de 10h30 à 12h	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
1h30	Ecole de gym 2 (2013-2012)	mercredi de 16h00 à 17h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
1h30	Ecole de gym 3 (2013-2012)	samedi de 10h à 11h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE LOISIR

Reprise des entrainements à partir du 10 septembre 2018

1h30	Accès gym 4 (2012-2010)	mercredi de 13h30 à 15h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
1h30	Accès gym 5 (2012-2010)	samedi de 13h30 à 15h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
1h30	Accès gym 2 (2007-2005)	mardi de 17h30 à 19h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
2h	Accès gym 2 gaf (2005-2003)	mardi de 19h00 à 21h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
2h	Accès gym 3 gaf (2009 à 2007)	lundi de 17h30 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
2h	Accès gym 4 gaf (2012-2010)	mercredi de 15h00 à 17h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
2h	Accès gym 5 gaf (2012-2010)	samedi de 13h30 à 15h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE LOISIR

Reprise des entrainements à partir du 10 septembre 2018

2h	Accès gym 1 GAM (2012-2010)	samedi de 10h00 à 12h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
2h	Accès gym 2 GAM (2009-2006)	mercredi de 17h30 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé

FITNESS/RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Reprise des entrainements à partir du 10 septembre 2018

1h	Pilates	mardi de 12h30 à 13h30	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
1h	Pilates avancé	mardi de 20h30 à 21h30	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé
1h	Renforcements musculaires	mardi de 19h30 à 20h30	Dojo Daguerre 315 rue jean jaurès à trélazé

4h	Youna Dufournet (2012 à 2010)	mercredi de 13h30 à 15h30 jeudi de 17h30 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
4h	Emilie Lepennec (2009 à 2007)	mardi de 17h30 à 19h30 vendredi de 17h30 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
4h	Marine Boyer (2008 à 2006)	mercredi de 17h00 à 19h00 vendredi de 17h30 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
4h	Souplesse (2003 à 2005)	lundi de 18h30 à 20h30 jeudi de 17h30 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
4h15	Marine Brevet (2006 à 2004)	mardi de 19h00 à 21h00 mercredi de 18h15 à 20h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
4h45	Aurélie Mallaussena (2004 à 2001)	lundi de 18h00 à 20h30 mercredi de 18h15 à 20h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
5h	Isabelle Séverino (2002 à 1999)	mardi de 19h00 à 21h30 jeudi de 19h00 à 21h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
5h	Nadia Commaneci (2001 et plus)	lundi de 18h00 à 20h30 vendredi de 19h à 21h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
12h30	Horaires aménagées (convention saint agustin d'angers) (2006 à 2003)	lundi de 16h à 18h30 mardi de 14h à 17h30 mercredi de 16h00 à 18h30 vendredi de 14h à 17h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE COMPETITION

Reprise des entrainements à partir du 10 septembre 2018

8h	Samir Aït saïd	lundi de 16h00 à 18h30 mardi de 17h30 à 19h30 vendredi de 16h00 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
10h30	Eric Poujade (2008 à 2006)	lundi de 16h00 à 18h30 mardi de 17h30 à 19h30 (non obligatoire) mercredi de 13h30 à 16h00 vendredi de 16h00 à 19h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
7h30	Dimitri Karbanenko (2001 et plus)	lundi de 18h30 à 21h00 mercredi de 18h30 à 21h00 vendredi de 19h à 21h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
12h30	Horaires aménagées (convention saint augustin d'angers) (2006 à 2003)	lundi de 16h à 18h30 mardi de 14h à 17h30 mercredi de 13h30 à 16h00 vendredi de 14h à 17h30	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé

PARKOUR/GYM URBAINE

Reprise des entrainements à partir du 10 septembre 2018

1h30	Parkour (2006 à 2004)	mardi de 19h30 à 21h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
1h30	Parkour (15 ans et plus)	jeudi de 19h30 à 21h00	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé
1h30	Parkour (2ème séance)	samedi " horaires à définir"	Salle de la Goducière bd de la république à trélazé