Equilibre Adresse	Lu 03	Ma 04	Mer 05	Je 06	Ve 07	Lu 10	Ma 11	Me 12	Je 13	Ve 14	Lu 17	Ma 18	Me 19	Je 20	Ve 21	Lu 24	Ma 25	Me 26	Je 27	Ve 28	Lu 31
ESCALADE INDOOR		10h/14h/16h		10h	10h/14h/16h		10h/14h/16h					10h/14h/16h		10h	10h/14h/16h		10h/14h/16h		10h	10h/14h/16h	
ESCALADE EN FALAISE (pour grimpeur confirmé et autonome)				13h30										13h30					13h30		
ESCRIME		16h/18h		16h/18h		18h	16h/18h				18h	16h/18h		16h/18h			16h/18h		16h/18h		
Arts Corps Bien-Être	Lu 03	Ma 04	Mer 05	Je 06	Ve 07	Lu 10	Ma 11	Me 12	Je 13	Ve 14	Lu 17	Ma 18	Me 19	Je 20	Ve 21	Lu 24	Ma 25	Me 26	Je 27	Ve 28	Lu 31
RELAXATION			16h/17h			17h15		16h/17h					16h/17h					16h/17h			
NATATION DECOUVERTE		18h	17h	17h		17h	18h	18h			17h	18h	17h	17h			18h	17h	17h		17h
GAGA DANCE								17h					17h					17h			
DANSES URBAINES											18h								17h		
KUNDALINI YOGA		14h/16h					14h/16h					14h/16h					14h/16h				
BREAK DANCE														18h					18h		
AIKIDO			18h					18h					18h					18h			
DANSES LATINES												16h/17h15/18h45									
SOPHROLOGIE	12h15/14h45																				
SOULAGER LE MAL DE DOS (séances de 1h)				12h15										12h15					12h15		
JAZZ FUSION	16h					16h					16h			16h							
YOGA - PILATES					8h	16h/18h45															
Marche-Course Découverte	Lu 03	Ma 04	Mer 05	Je 06	Ve 07	Lu 10	Ma 11	Me 12	Je 13	Ve 14	Lu 17	Ma 18	Me 19	Je 20	Ve 21	Lu 24	Ma 25	Me 26	Je 27	Ve 28	Lu 31
DECOUVRIR LE PARKOUR			16h					16h					16h					16h			
COURSE A PIED EN PLEINE CONSCIENCE + RELAXATION			14h					14h					14h					14h			
RANDONNEE Berges de l'Isère		14h					14h														
RANDONNEE Découverte du Mont Rachais					9h										9h						
RANDONNEE							9h					9h					9h				
Tonicité Force	Lu 03	Ma 04	Mer 05	Je 06	Ve 07	Lu 10	Ma 11	Me 12	Je 13	Ve 14	Lu 17	Ma 18	Me 19	Je 20	Ve 21	Lu 24	Ma 25	Me 26	Je 27	Ve 28	Lu 31
CARDIO TRAINING		16h/18h		14h			16h														
MUSCULATION		12h/14h	14h				12h/14h	14h				12h/14h	14h				12h/14h	14h			
NATATION PERFECTIONNEMENT	17h	18h	17h	17h		17h	18h	17h			17h	18h	17h	17h			18h	17h	17h		17h
JUDO				17h										17h					17h		
Plaisir Jeu	Lu 03	Ma 04	Mer 05	Je 06	Ve 07	Lu 10	Ma 11	Me 12	Je 13	Ve 14	Lu 17	Ma 18	Me 19	Je 20	Ve 21	Lu 24	Ma 25	Me 26	Je 27	Ve 28	Lu 31
BADMINTON						13h30/15h30					13h30/15h30										
WATER POLO DECOUVERTE				18h30										18h30					18h30		
WATER POLO PERFECTIONNEMENT				18h30										18h30					18h30		
SPEEDMINTON		15h/16h30		13h/14h30			15h/16h30	15h/16h30				15h/16h30		13h/14h30			15h/16h30		13h/14h30		
TOUCH RUGBY				14h																	
BEACH VOLLEY				12h/13h30/15h		12h/17h/18h30					12h/17h/18h30			12h/13h30/15h					12h/13h30/15h		
BEACH VOLLEY NIVEAU EXPERT		16h30		16h30		15h	16h30					16h30		16h30			16h30		16h30		
BASKET		18h/19h	18h/19h			18h/19h	18h/19h	18h/19h													
GREEN'BALL																					