

SÉANCES DE GYM VOLONTAIRE

LUNDI :

10h30 - Dojo Quinière/Blois - 105 D

18h00 - Montprofond/La Chaussée - 110 D

18h00 - Gymnase Les Provinces/Blois - 111 S

19h15 - Sauvageau/Blois - 113 S

MARDI :

~~09h30 - La Grange/La Chaussée - 202 D~~

18h00 - Montprofond/La Chaussée - 206 D

MERCREDI :

09h30 - Gymnase Foch/Blois - 301 D

18h00 - Villejoint/Blois - 307 D



JEUDI :

09h00 - Montprofond/La Chaussée - 400 D

09h30 - Sauvageau/Blois - 401 A



10h00 - Montprofond/La Chaussée - 402 D

10h30 - Sauvageau/Blois - 403 A

10h15 - St Gervais La Forêt - 404 A



18h00 - Gymnase les Provinces/Blois - 407 D

18h30 - St Gervais La Forêt - 408 D



VENREDI :

09h00 - Montprofond/La Chaussée - 500 S

09h30 - Dojo- Stade des Allées/Blois - 502 D

Retrouvez les adresses des lieux d'activité sur notre site internet

A = Accessible D = Dynamique S = Soutenu

GYMNASTIQUE SENIORS

LUNDI :

09h30 - Sauvageau/Blois - 103 D

10h30 - Sauvageau/Blois - 104 A

MERCREDI :

10h15 - Sauvageau/Blois - 302 A

11h15 - Sauvageau/Blois - Equi-Mémoire®
- 303 A

VENREDI :

10h00 - Montprofond/La Chaussée - 504 A

PILATES®

LUNDI :

09h00 - Villejoint/Blois - 100 A

10h00 - Villejoint/Blois - 101 A

11h00 - Villejoint/Blois - 102 A

MERCREDI :

16h15 - Montprofond/La Chaussée - 304 A

17h00 - Villejoint/Blois - débutants - 305 A

17h15 - Montprofond/La Chaussée - 306 A

YOGA

LUNDI :

12h15 - Montprofond/La Chaussée - 107 A

15h00 - Sauvageau/Blois - 109 A

18h30 - St Gervais La Forêt - 112 A -
Suspendu jusqu'à Noël



GYM POSTURALE®

LUNDI :

11h00 - Dojo St Georges/Blois - 106 A

MARDI :

17h15 - Gymnase Etelin Dojo/Blois - 207 A

VENREDI :

09h00 - Centre Mirabeau/Blois - 501 A

GYM DÉTENTE

LUNDI :

13h45 - Sauvageau/Blois - 108 A

GYM DOS

VENREDI :

12h15 - Montprofond/La Chaussée - 508 D

STRETCHING



MARDI :

12h15 - Montprofond/La Chaussée - 204 A

FITBALL

VENREDI :

11h00 - Sauvageau/Blois - 507 D

CROSSTRAINING

VENREDI :

10h00 - Sauvageau/Blois - 503 S

GYM ENFANTS

MERCREDI :

14h00 - Montprofond/La Chaussée (6 - 9ans)
15h00 - Montprofond/La Chaussée (3 - 6 ans)

JEU DE RAQUETTES

JEUDI :

19h30 - St Gervais la Forêt - 409 D

MARCHE NORDIQUE

MARDI :

10h00 - Forêt de Blois - 203 D

DANSE FOLK

JEUDI :

19h30 - Sauvageau/Blois - 410 S

ACTIVITES AQUATIQUES



MARDI :

07h30 - Tournesol/Blois - Aquajogging- 200 S

08h45 - Tournesol/Blois - 201 D

13h45 - Tournesol/Blois - 205 D

MERCREDI :

07h30 - Tournesol/Blois - 300 D

JEUDI :

10h30 - Tournesol/Blois - 405 D

11h30 - Tournesol/Blois - Palmes - 406 S

VENREDI :

10h15 - Tournesol/Blois - 505 D

11h00 - Tournesol/Blois - 506 D

16h30 - Tournesol/Blois - 509 D

17h30 - Tournesol/Blois - 510 D

Aucun remboursement ne sera effectué, pour quelque motif que ce soit

30/10/2020

Ne pas jeter sur la voie publique

Les horaires, les lieux et les animations sont susceptibles de modifications, consulter le site internet