

PLANNING CLUB OLYMPIQUE ROUEZIEN 2022 - 2023

LUNDI	
YOGA	9h - 10h
PILATE	18h45 - 19h30
CARDIO-TRAINING	19h45 - 20h30
ZUMBA ADULTE	20h45 - 21h30

MARDI	
YOGA	19h30 - 20h30
VOLLEY-BALL	20h30 - 22h30
CARDIO-BOXE	20h - 21h
DANSE COUNTRY	20h30 - 22h

MERCREDI	
MULTISPORT 3-5 ans	10h45 - 11h30
MODERN JAZZ	
3 - 5 ans	15h30 - 16h15
6 - 8 ans	14h30 - 15h15
9 - 11 ans	13h30 - 14h30
12 - 15 ans	16h15 - 17h30
15 - 18 ans	17h45 - 19h15
Plus de 18 ans	19h15 - 20h45

JEUDI	
HANDI-SPORT	18h - 18h45
SPORT PARTAGE	18h45 - 19h30
BADMINTON	20h - 22h

VENDREDI	
MULTISPORT	
6 - 8 ans	18h - 18h45
9 - 11 ans	18h45 - 19h45
12 - 15 ans	18h45 - 19h45
Plus de 16 ans	20h30 - 22h30

SAMEDI	
FITNESS (1 semaine sur deux, possibilité tt les semaines en fonction du nombre)	10h45 - 12h