

PLANNING CLUB OLYMPIQUE ROUEZIEN 2023 - 2024

LUNDI	
YOGA à la fondation	9h10 - 10h10
DANSE TWIRL'	17h30 - 18h30
PILATE à la fondation	18h30 - 19h15
AERO-BOXE	19h15 - 20h00
CARDIO TRAINING	20h00 - 20h45
HIP HOP (lieu à définir)	19h45 - 20h45
ZUMBA ADULTE	20h45 - 21h45

MARDI	
YOGA à la fondation	19h30 - 20h30
VOLLEY-BALL	20h30 - 22h30
DANSE COUNTRY à la salle des fêtes	20h00 - 21h30

MERCREDI	
MULTISPORT 3-5 ans	10h45 - 11h30
MODERN JAZZ à la salle des fêtes	
4-5 ans (l'enfant doit avoir 4 ans au plus tard au 15 décembre 2023)	16h30 - 17h15
6 - 7 ans	17h15 - 18h00
8 - 9 ans	15h30 - 16h30
10 - 13 ans	18h15 - 19h15
Adulte et + de 14 ans	19h15 - 20h45

JEUDI	
HANDI-SPORT	18h00 - 18h45
SPORT PARTAGE	18h45 - 19h30
BADMINTON	20h00 - 22h00

VENDREDI	
MULTISPORT	
6 - 9 ans	17h45 - 18h30
10 - 15 ans	18h30 - 19h30
Plus de 16 ans	20h30 - 22h30

SAMEDI	
PILATE à la fondation	9h30 - 10h15
Circuit FITNESS	10h15 - 11h00

SEANCE D'ESSAI DU 11 au 22 SEPTEMBRE 2023.

Après cette date, une séance d'essai est possible après inscription par mail et confirmation du club.

CONTACT

secretariat.cor72140@gmail.com

Petit Rappel : L'association est gérée par des bénévoles. Nous répondons donc au mail dès que notre emploi du temps nous le permet. La patience est la clé du bien-être (proverbe ancien) et la bienveillance est la qualité qui rend les hommes meilleurs. (Montesquieu)