PROJET PLANNING 2025/2026

CODE COULEUR	ACTIVITE DYNAMIQUE	ACTIVITE MODEREE	ACTIVITE DOUCE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN	9h30 à 10h30 — GYM MAINTIEN EN FORME — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — GY0	8h30 à 11h15 — MARCHE NORDIQUE DYNAMIQUE — F.BOISSIN / Y. LEROUGE — MN1	9H45 à 10H45 — AEROGYM (NOVICES) — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — S.THILL / D. MARCHETTO — AE1	BALADE DE PROXIMITE — BA1 RANDONNEE FACILE — RF1 RANDONNEE MODEREE — RM1	9h30 à 10h30 — GYM MAINTIEN EN FORME — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — GY5
	9h45 à 11h15 — MARCHE GYMNIQUE — Val de l'Arc — S. THILL / A. ADAMO / D. MARCHETTO — MG1	9h15 à 10h15 — YOGA - GYM AVEC CHAISE — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — S THILL / D MARCHETTO — YG1	10h45 à 11h45 — SOPHROLOGIE — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — D. FIACRE — SO1	A. ADAMO /JM ARNAULT / L.AUBERT P. BIAVA / G. CASIMIRI M. DEBARLE / G. GIRAUD JC LEPLUS / G. PAULET C. SCHMIDT / TUTOY M. ANIMATEURS & ACCOMPAGNANTS	9h30 à 11h30 — MARCHE NORDIQUE MODEREE — MH LEROUGE / D. RICARD — MN3
	10h30 à 11h45 — ACTIV'MÉMOIRE — Terrain de l'ASLA - Aix — C.SCHMIDT — AM1	9h30 à 11h30 — MARCHE NORDIQUE SOUTENUE — Y. LEROUGE / MH LEROUGE/D. RICARD — MN2	11H00 à 12H00 — STRETCHING — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — ST4		10h00 à 11h15 — YOGA — Château de l'Horloge — D. MARCHETTO — YO2
	10h45 à 11h45 — GYM MAINTIEN EN FORME — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — GY2	9h45 à 11h45 — MARCHE D'ENTRETIEN — G.PAULET / F. GOUDARD — ME1		10h00 à 11h15 — SEANCE FITNESS EN PLEIN AIR — C.R.E.M.E. — Val de l'Arc — S THILL / D MARCHETTO — PA1	10h45 à 12H15 — DANSE EN LIGNE — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — DA2
		10h30 à 11h45 — MULTI ACTIVITES ADAPTEES (SMS) — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — S THILL / JC THILL / D MARCHETTO — SM1		10h00 à 11h30 — PROMENADE ADAPTEE (SMS) — Parcs aixois — JC THILL — SM2	
		10H45 à 11H45 — GYM DOUCE — Château de l'Horloge — C. MAZZELLA - 65€/AN — GY7			
		11h00 à 12h00 — STRETCHING — Dojo — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — ST2			
APRES MIDI	14H00 à 16H30 — RANDONNEE 1/2 journée — Randonnée niveau soutenu — C. SCHMIDT — RC2	14h00 à 16h30 — PETANQUE — Terrain de l'ASLA - Aix — G.PAULET /G.BROTONS /R.ACHERY T. ALIX / S. THILL /P. THORAVAL — PC1	14h00 à 16h00 — PERMANENCE SSSPA — ST DONAT — voir calendrier sur le site	14H00 à 15H00 — GYM MAINTIEN EN FORME — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — E ALONSO - 65€/an — GY9	14h00 à 16h30 — PETANQUE — Terrain de l'ASLA - Aix — G.PAULET /G.BROTONS /R.ACHERY T. ALIX / S. THILL /P. THORAVAL — PC2
	14h30 à 15h45 — YOGA — Château de l'Horloge — D. MARCHETTO — YO1	14H00 à 15H30 — SOPHROLOGIE — Les Milles — RM MANNARINI — SO2		14H30 à 16H00 — TAI CHI / QI GONG ACTIVITE ANNULEE — B. FOIX — TQ1	14h00 à 14h40 — ATELIER PETANQUE — Terrain de l'ASLA - Aix T. ALIX - P. THORAVAL — PC3
	14H30 à 16H00 — DANSE EN LIGNE — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — DA1	14h00 à 15h00 — GYM EN MUSIQUE — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — GY4		15h00 à 16h00 — PILATES — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — E ALONSO - 65€/an — PI0	14H00 à 15H00 — PILATES — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — E ALONSO - 65€/an — PI1
	15h30 à 18h30 — SPORT CEREBRAL — Restaurant les Arcades 16h - 19h — M GALLE / JC SANCHEZ - 50€/AN — SC1	14H30 à 16H00 — DANSE EN LIGNE — Château de l'Horloge — A. YSNEL - 65€/AN — DA3			14h00 à 15h00 — MARCHE NORDIQUE INITIATION — 1ER TRIMESTRE — D. RICARD — MN4
		15H15 à 16H15 — STRETCHING — Salle Le Cèdre - Jas de Bouffan — MN GIOVANNETTI - 65€/AN — ST3			15h15 à 16h30 — GYM MAINTIEN EN FORME — Dojo — D. SUFFREN — GY6