

PLANNING FITNESS CLUB CONQUOIS

Saison 2022-2023

**Reprise des cours le lundi 12 septembre 2022 au foyer
Félix Roquefort de Conques sur Orbriel**

Le lundi :

- 17h15-18h15 : Danse classique enfants à **partir de 6 ans** avec Nathalie
- 18h30-19h30 : Abdos fessiers ou body sculpt avec Nathalie
- 19h30-20h30 : Pilâtes avec Nathalie

Le mardi :

- 10h00-11h00 : Pilâtes avec Fabienne
- 18h30-19h30 : TBC avec Vincent
- 19h30-20h30 : Zumba avec Vincent

Le mercredi :

- 15h00-16h00 : Danse moderne enfants de **7 à 11 ans** avec Nathalie
- 16h00 -17h00 : Initiation à la danse enfants de **3 à 6 ans**, éveil musculaire avec Nathalie
- 19h00-19h45 : Renforcement musculaire avec Fabienne

Le jeudi :

- 19h00-19h45 : Fitness ou step avec Caroline
- 20h00-21h00 : Yoga avec Laure

***Pour plus de renseignements,
veuillez contacter le 06 81 36 66 16***