CLUB 50 ANS+ de Claude-Robillard
Activités physiques, Sports et Plein Air

Offre des Cours

Automne 2018

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h00-9h50		Jogging Jean-Claude		Jogging Jean-Claude	
		Tennis de table débutant			
10h00-10h50	Aquajogging Sarra	Tennis de table intermédiaire	Aquajogging	Yoga Johanne	
11h00-11h30		Cardio-vélo express Richard		Cardio-vélo express Richard	
11h00-11h50	Pilates Johanne	Pilates Johanne	Flexbilité Johanne	Essentrics Johanne	
	Aquaforme Sarra		Aquaforme		
11H30-12h20		Aquaforme			
	Tai Chi Carlos	Tai Chi Carlos			
12h00-12h50	Essentrics Johanne	Essentrics Johanne			
		Tennis			
13h00-13h50		Badminton			

Début des cours: semaine du 17 septembre 2018
Fin des cours: semaine du 3 décembre 2018