



# SALLE KREATIV: COURS DE GROUPE

(PORTE LATÉRALE ARRIÈRE RUE MASSÉ)

DÉCEMBRE 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	2	3	4	5	6	7
	13:00 Abdos avec une physio (Jessy)	9:50 Mamans Actives (Anabel) 15:00 Tai chi (Céline) 18:00 Tai chi (Céline)	9:00 Développement moteur: pré-rampeurs (Aline et Jessy) 12:00 Midi-express (Anabel) 16:30 Yoga actif (Pascale Mackay)	16:30 Yoga doux (Pascale Mackay) 17:45 Classe d'exercices du plancher pelvien(Jessy) 19:30 Ballet Fitness	12:00 Midi-express (Anabel)	
8						
	9	10	11	12	13	14
		9:50 Mamans Actives (Anabel) 15:00 Tai chi (Céline) 18:00 Tai chi (Céline)	9:00 Développement moteur: pré-rampeurs (Aline et Jessy) 12:00 Midi-express (Anabel) 16:30 Yoga actif (Pascale Mackay)	8:00 à 16:00 Percage en douceur (Émilie Charpentier) 16:30 Yoga doux (Pascale Mackay) 19:30 Ballet Fitness	12:00 Midi-express (Anabel) 14:00 Initiation au massage du bébé (Valérie)	
15	16	17	18	19	20	21
			9:00 Développement moteur: pré-marcheurs (Aline et Jessy)	17:45 Classe d'exercices du plancher pelvien(Jessy) 19:30 Ballet Fitness		
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				