

ASPTT Gym Villeneuve Planning septembre 2025



Lundi 8	9h30-10h30	Gym	Isabelle
Lundi 8	18h30-19h30	Gym	Chantal
Lundi 8	18h30-19h30	Body Attack	Maxime
Lundi 8	19h45-20h45	Pilates	Chantal
Mardi 9	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 9	15h30-17h	Bungy Pump	Delphine
Mardi 9	18h30-19h30	Stretching	Chantal
Mardi 9	19h30-20h30	Pilates	Chantal
Mardi 9	19h-20h	ZUMBA	Anastasia
Mercredi 10	9h30-10h30	Gym	Delphine
Mercredi 10	18h30-19h30	Renfo Muscu Pump	Chantal
Jeudi 11	14h-15h	Stretching	Laurence
Jeudi 11	18h30-19h30	Piloxing	Aurélie
Jeudi 11	19h30-20h30	Move Danse	Isabelle
Vendredi 12	9h30-10h30	Gym	Laurence



Lundi 15	9h30-10h30	Gym	Chantal
Lundi 15	18h30-19h30	Gym	Isabelle
Lundi 15	18h30-19h30	Body Attack	Maxime
Lundi 15	19h45-20h45	Pilates	Chantal
Mardi 16	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 16	18h30-19h30	Stretching	Chantal
Mardi 16	19h30-20h30	Pilates	Chantal
Mardi 16	19h-20h	ZUMBA	Anastasia
Mercredi 17	9h30-10h30	Gym	Delphine
Mercredi 17	18h30-19h30	Renfo Muscu Pump	Chantal
Jeudi 18	14h-15h	Stretching	Laurence
Jeudi 18	18h30-19h30	Piloxing	Aurélie
Jeudi 18	19h30-20h30	Move Danse	Isabelle
Vendredi 19	9h30-10h30	Gym	Laurence



**Samedi 20 : journée sportive de 10h à 17h
 avec tous les animateurs**



Lundi 22	9h30-10h30	Gym	Isabelle
Lundi 22	18h30-19h30	Gym	Chantal

Lundi 22	18h30-19h30	Body Attack	Maxime
Lundi 22	19h45-20h45	Pilates	Chantal
Mardi 23	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 23	15h30-17h	Bungy Pump	Delphine
Mardi 23	18h30-19h30	Stretching	Chantal
Mardi 23	19h30-20h30	Pilates	Chantal
Mardi 23	19h-20h	ZUMBA	Anastasia
Mercredi 24	9h30-10h30	Gym	Delphine
Mercredi 24	18h30-19h30	Renfo Muscu Pump	Chantal
Jeudi 25	14h-15h	Stretching	Laurence
Jeudi 25	18h30-19h30	Piloxing	Aurélie
Jeudi 25	19h30-20h30	Move Danse	Isabelle
Vendredi 26	9h30-10h30	Gym	Laurence



Lundi 29	9h30-10h30	Gym	Chantal
Lundi 29	18h30-19h30	Gym	Isabelle
Lundi 29	18h30-19h30	Body Attack	Maxime
Lundi 29	19h45-20h45	Pilates	Chantal
Mardi 30	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 30	18h30-19h30	Stretching	Chantal
Mardi 30	19h30-20h30	Pilates	Chantal
Mardi 30	19h-20h	ZUMBA	Anastasia



Le planning est consultable sur le site de la mairie de Villeneuve de Rivière :
www.villeneuve-deriviere.fr rubrique Associations.