

ASPTT Gym Villeneuveoise

Planning septembre 2026



Lundi 7	9h30-10h30	Gym	Aurélie
Lundi 7	18h30-19h30	Gym	Lucie
Lundi 7	18h45-19h45	Body Attack	Maxime
Lundi 7	19h45-20h45	Pilates	Maxime
Mardi 8	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 8	18h45-19h45	Stretching	Maxime
Mardi 8	19h-20h	ZUMBA	Anastasia
Mercredi 9	9h30-10h30	Gym	Lucie
Mercredi 9	18h30-19h30	Renfo Muscu	Lucie
Jeudi 10	14h-15h	Stretching	Laurence
Jeudi 10	18h45-19h45	Cardio Fun	Aurélie
Jeudi 10	19h30-20h30	Danse	Isabelle
Vendredi 11	9h30-10h30	Gym	Laurence



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



Lundi 21	9h30-10h30	Gym	Aurélie
Lundi 21	18h30-19h30	Gym	Delphine
Lundi 21	18h45-19h45	Body Attack	Maxime
Lundi 21	19h45-20h45	Pilates	Maxime
Mardi 22	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 22	15h30-16h30	Bungy Pump	Delphine
Mardi 22	18h45-19h45	Stretching	Maxime
Mardi 22	19h-20h	ZUMBA	Anastasia
Mercredi 23	9h30-10h30	Gym	Delphine
Mercredi 23	18h30-19h30	Renfo Muscu	Lucie
Jeudi 24	14h-15h	Stretching	Laurence
Jeudi 24	18h45-19h45	Cardio Fun	Aurélie
Jeudi 24	19h30-20h30	Danse	Isabelle

Vendredi 25	9h30-10h30	Gym	Laurence
❖❖❖❖			
Lundi 28	9h30-10h30	Gym	Aurélie
Lundi 28	18h30-19h30	Gym	Delphine
Lundi 28	18h45-19h45	Body Attack	Maxime
Lundi 28	19h45-20h45	Pilates	Maxime
Mardi 29	14h- 15h	Stretching	Laurence
Mardi 29	15h30-16h30	Bungy Pump	Delphine
Mardi 29	18h45-19h45	Stretching	Maxime
Mardi 29	19h-20h	ZUMBA	Anastasia
Mercredi 30	9h30-10h30	Gym	Delphine
Mercredi 30	18h30-19h30	Renfo Muscu	Lucie



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

