

# CAL GORBELLA 2014 2015

		8h30	9h à 10h			10h à 11h			11h à 12h			12h à 13h			13h à 14h			14h à 15h			15h à 16h			16h à 17h			17h à 18h			18h à 19h			19h à 20h			20h à 21h			21h30
			9h	9h30	9h45	10h	10h30	10h45	11h	11h30	11h45	12h	12h30	12h45	13h	13h30	13h45	14h	14h30	14h45	15h	15h30	15h45	16h	16h30	16h45	17h	17h30	17h45	18h	18h30	18h45	19h	19h30	19h45	20h	20h30	20h45	
LUNDI	3ème		STRETCH			BODY GYM						BODY GYM						BODY GYM						BODY GYM			FAC			PILATES			KARATE Ado Ad.						
	4ème		PILATES			GYM DOS												PEINTURE A L HUILE						BABY GYM			GRS			RAGGA			Danse Orientale						
	5ème																	MAMAN BEBE GYM <small>3 mois 3ans</small>						BABY JUDO			JUDO 6/8			JUDO 8/12			FULL CONTACT						
	6ème		8H30			MUSCULATION AVEC PROF			13H30									15H30			MUSCULATION AVEC PROF			20H00															
	7ème		8H30			CARDIO			12H30												16H00			CARDIO			20H00												
						Séances dirigées training d'une 1/2 heure à 9h15 et 11h15															16H00			CARDIO			20H00												
																								Dessin Peinture Enf.			Dessin couleur Ad av.												
	Théâtre																																						
MARDI	3ème		BODY GYM			POWER GYM						BODY GYM												POWER GYM			FAC			STRETCH N'TO			BODY GYM						
	4ème		FAC			PEINTURE A L HUILE												Dessin couleur Ad.						FUNK 1			FUNK 2			ZUMBA 16ans et +			LIA						
	5ème		YOGA Av.			YOGA Déb.																		Taekwondo 4/7			Taekwondo 7/9			Taekwondo 9/13			AIKIDO Ado Ad.						
	6ème		8H30			MUSCULATION AVEC PROF			13H30									15H30			MUSCULATION AVEC PROF			20H00															
	7ème					10H00			CARDIO			12H30												16H00			CARDIO			20H00									
						Séance dirigée training d'1/2 heure à 11h15																		16H00			CARDIO			20H00									
		S/Sol																										ANGLAIS Moy. Av.											
	Théâtre																										THEATRE Enf.			THEATRE Ado			THEATRE adultes						
		8h30	9h à 10h			10h à 11h			11h à 12h			12h à 13h			13h à 14h			14h à 15h			15h à 16h			16h à 17h			17h à 18h			18h à 19h			19h à 20h			20h à 21h			21h30
			9h	9h30	9h45	10h	10h30	10h45	11h	11h30	11h45	12h	12h30	12h45	13h	13h30	13h45	14h	14h30	14h45	15h	15h30	15h45	16h	16h30	16h45	17h	17h30	17h45	18h	18h30	18h45	19h	19h30	19h45	20h	20h30	20h45	
MERCREDI	3ème		BODY GYM			STRETCH												JAZZ enf.			CLAQUETTES enf.			FAC			BODY GYM			BODY GYM			BODY GYM						
	4ème														CLASSIQUE enf			CLASSIQUE ado			JAZZ Ado			JAZZ Adultes Av.			CLAQUETTES Ado Ad.												
	5ème														AIKIDO 5/8			AIKIDO 9/14			KARATE 4/6			KARATE 7/10			KARATE 11/14			YOGA			KARATE Ado Ad						
	6ème		8H30			MUSCULATION AVEC PROF			13H30									15H30			MUSCULATION AVEC PROF			20H00															
	7ème		8H30			CARDIO			12H30												16H00			CARDIO			20H00												
						Séance dirigée training d'1/2 heure à 11h15															16H00			CARDIO			20H00												
		S/Sol																							CHANT Ado Ad déb.			CHANT Ado Ad Av.											
	Théâtre																																						
JEUDI	3ème		STRETCH			BODY GYM						BODY GYM												FAC			POWER GYM			STRETCH			BODY GYM						
	4ème		PILATES			GYM DOS						COUNTRY						DESSIN COULEUR						EVEIL			EVEIL			SALSA Déb			SALSA Av.						
	5ème																							BABY JUDO			JUDO + 6ans			Taekwondo 9/13			FULL CONTACT						
	6ème		8H30			MUSCULATION AVEC PROF			13H30									15H30			MUSCULATION AVEC PROF			20H00															
	7ème		8H30			CARDIO			12H30												16H00			CARDIO			20H00												
						Séances dirigées training d'1/2 heure à 9h15 et 11h15															16H00			CARDIO			20H00												
		S/Sol																							Dessin coul Ad av.			peinture à l'huile Ad.											
	Théâtre																										THEATRE Enf.			THEATRE Ado			THEATRE adultes						
		8h30	9h à 10h			10h à 11h			11h à 12h			12h à 13h			13h à 14h			14h à 15h			15h à 16h			16h à 17h			17h à 18h			18h à 19h			19h à 20h			20h à 21h			21h30
			9h	9h30	9h45	10h	10h30	10h45	11h	11h30	11h45	12h	12h30	12h45	13h	13h30	13h45	14h	14h30	14h45	15h	15h30	15h45	16h	16h30	16h45	17h	17h30	17h45	18h	18h30	18h45	19h	19h30	19h45	20h	20h30	20h45	
VENDREDI	3ème		ZUMBA 16ans et +			POWER GYM						BODY GYM						BODY GYM						POWERGYM			FAC			BODY GYM									
	4ème		BODY GYM															THE DANSANT Voir dates à l'accueil						STRETCH			LIA			FUNK 3			ZUMBA 16ans et +						
	5ème		YOGA Av.			YOGA Déb.																		Taekwondo 4/7 gradés			Taekwondo 7/9 gradés			Taekwondo +8 ans gradés									
	6ème		8H30			MUSCULATION AVEC PROF			13H30									15H30			MUSCULATION AVEC PROF			20H00															
	7ème					10H00			CARDIO			12H30									16H00			CARDIO			20H00												
						Séance dirigée training d'1/2 heure à 11h15															16H00			CARDIO			20H00												
		S/Sol		ANGLAIS moyen			ANGLAIS avancé																																
	Théâtre																																						
SAMEDI	3ème		ZUMBA 16ans et +			STRETCH			ZUMBA 16ans et +																														
	4ème		BODY GYM			BODY GYM																																	
	5ème		AIKIDO 5/8			AIKIDO Ado Ad.			AIKIDO 9/14																														
	6ème		9H00			MUSCULATION AVEC PROF			12H30																														
	7ème		9H00			CARDIO			12H30																														
		S/Sol																																					
		Théâtre																																					