



Planning 2021 / 2022

Ouverture de la salle de Musculation
le 05/09/2021 de 11h à 14h et de 17h
à 20h30, du lundi au vendredi

Reprise des cours de Gym le
05/09/2021

Reprise du Badminton tous les jeudis
à partir du 08/09/2021 de 19h à 21h



Renseignements

Sébastien GARBAGE
09 54 62 15 15

Christophe MEILLON
06 75 69 44 29
(Cotisation seule 40€ à l'année)

Pierre SERVISSOLLE
06 42 51 51 21
Ostéopathe Indépendant (40€/séance*)

*Tarif préférentiel réservé aux adhérents de ESL à jour de la
cotisation annuelle 2021/2022

LUNDI



11H - 12H

GYM DOUCE

ANNE-SOPHIE



18H45 - 19H45

Init. YOGA

JEAN-FRANÇOIS



18H30 - 19H

TABATA

SÉBASTIEN



19H15 - 20H15

ZUMBA

CONSUELO

MARDI



10H15 - 11H15

STRETCHING

ANNE-SOPHIE



18H30 - 19H15

CAF

SÉBASTIEN



19H30 - 20H30

STRETCHING/ PILATES

ANGÉLIQUE

JEUDI



18H30 - 19H30

ZUMBA

CONSUELO



19H45 - 20H30

FITNESS BOXING

SÉBASTIEN

VENDREDI



10H - 11H

GYM DOUCE

ANNE-SOPHIE



17H - 20H30

OSTEOPHATIE

PIERRE
1 semaine sur 2



18H15 - 19H15

CTR

SÉBASTIEN



@elusasportsetloisirs



www.elusasportsetloisirs.fr