



Planning des activités méridiennes

En continu sur la journée et en autonomie toute l'année (cotisation supplémentaire)
SALLE DE MUSCULATION / Responsable : Stéphane



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

12h-13h
STRETCHING
Pauline
Bat A Salle 203

12h - 13h00
BODY FIT
Lyassin ou Effy
Parc ou Salle
Chirpaz

12h15 - 13h15
**BOXE / CORDE A
SAUTER**
Laurent
Parc

12h - 13h00
BODY FIT
Lyassin ou Effy
Parc ou Salle
Chirpaz

12h00 - 14h00
JEUX MODERNES
Thomas R.
Self ou salle à définir avec le
coach

Horaires et lieux à définir avec
le coach
**TRAVAUX
D'AIGUILLES**
Aurore

12h15 - 13h15
BOXE
(boxeur aguerri)
Laurent ou Jérémy
Parc

12h15-13h
ITALIEN
Jean-François
Salle à définir

13h - 13h45
REIKI / RELAXATION
Magali
(Séance en individuel)
Salle aveugle à
l'odorologie



il faut contacter avec **Magali**, la coach, pour prendre rendez-vous
(du lundi au vendredi)

PROPOSITION D'ACTIVITES :

* par Aurore : chorale et solfège

Horaire et lieu à définir
avec le lieu
CHORALE

Aurore



Horaire et lieu à définir
avec le lieu

SOLFÈGE

Aurore



Contact

- * Effy MANZONI : effy.manzoni@interieur.gouv.fr
- * Thomas RUSSIER : thomas.russier@interieur.gouv.fr
- * Aurore JOMIER : aurore.jomier@interieur.gouv.fr
- * Jean-François MELI : jean-francois.meli@interieur.gouv.fr
- * Laurent SOUDAN : laurent.soudan@interieur.gouv.fr
- * Jérémy BOUCHARE : jeremy.bouchare@interieur.gouv.fr
- * Magali GANDON : magali.gandon@interieur.gouv.fr
- * Pauline JUNCA : pauline.junca@interieur.gouv.fr

* Stéphane CARL : stephane.carl@interieur.gouv.fr (salle de sport)