



PLANNING ANIMATEURS JANVIER 2026

détails des cours	ZUMBA	1) METHODE PILATES 2) RENFO - ABDOS		1)RENFO MUSCULAIRE 2) STEP 3) AEROBOXE		Stage et Sorties	
SEMAINE 1				Jeudi 1	Vendredi 2	Samedi 3	Dimanche 4
VITAL GYM VOUS SOUHAITE UNE TRÈS BONNE ANNÉE 2026							

SEMAINE 2	Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Samedi 10	Dimanche 11
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h15/20h15		Pilates séniors 10h30/11h30			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) RENFO – ABDOS		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						

SEMAINE 3	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h15/20h15		Pilates séniors 10h30/11h30			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) RENFO – ABDOS		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						

SEMAINE 4	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h15/20h15		Pilates séniors 10h30/11h30	BOWLING LOMME		
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) RENFO – ABDOS		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						

SEMAINE 5	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Samedi 31	
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h15/20h15		Pilates séniors 10h30/11h30			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) RENFO – ABDOS		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						