

**Les lieux et horaires des activités du Tarbes Club Adour Loisirs de septembre 2019 à juin 2020, sont les suivants:**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
De 9h00 à 10h00 <b>STRETCHING [MDA]</b> avec Patricia		De 9h00 à 10h00 <b>RÉVEIL MUSCULAIRE [MDA]</b> avec Karine		
	De 9h30 à 10h30 <b>GYM DOUCE PILATES [FOULD]</b> avec Anne-Marie		De 9h30 à 10h30 <b>RÉVEIL MUSCULAIRE [MDA]</b> avec Karine	
De 10h00 à 11h00 <b>GYM DOUCE [MDA]</b> (Tai-Chi/Pilates) avec Patricia		De 10h00 à 11h00 <b>PILATES [MDA]</b> avec Karine	De 10h30 à 11h30 <b>PILATES [MDA]</b> avec Karine	De 10h30 à 11h30 <b>PILATES [MDA]</b> avec Céline
		De 10h15 à 11h15 [MDA] <b>MARCHE NORDIQUE</b> Cours techniques et Débutants avec Jasmine (voir programme)		De 14h15 à 16h30 <b>MARCHE</b> avec Patric
	de 14h00 à 15h00 <b>GYM DOUCE [MDA]</b> avec Anne-Marie	De 13h00 à 14h00 [Tournesol] <b>GYM AQUATIQUE</b> avec Marie-Odile	De 14h00 à 15h00 <b>STRETCHING [MDA]</b> avec Céline	
	De 15h00 à 16h00 <b>PILATES [MDA]</b> avec Ann-Marie		De 15h00 à 16h00 <b>GYM DOUCE [MDA]</b> avec Céline	De 14h30 à 15h30 <b>GYM DOUCE [MDA]</b> avec Karine
De 15h00 à 17h00 <b>MARCHE NORDIQUE</b> avec Jasmine	De 16h00 à 17h00 <b>PILATES [MDA]</b> avec Anne-Marie			De 15h00 à 17h00 <b>MARCHE NORDIQUE</b> avec Jasmine
				De 16h30 à 17h30 <b>AQUAGYM</b> [Tournesol] avec Marie-Odile
	De 17h30 à 18h30 <b>AQUAGYM</b> [Tournesol] avec Anne-Marie et <b>AQUAJOGGING</b> avec Marie-Odile			De 17h30 à 18h30 <b>AQUAGYM</b> [Tournesol] avec Patric et <b>AQUAJOGGING</b> avec Marie-Odile