



## INFORMATIONS



OSTWALD Centre sportif et de loisirs



Début le mardi 17 septembre 2019



DURÉE : 01:00

PROFILS : Animatrice sportive

PRE REQUIS :

Ouvert à tous

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4OS376

Prix : **180.00 €**

## DESCRIPTION

Gymnastique à la portée de tous, mouvements simples, travail de gainage important. Exercices debout et au sol.



## OBJECTIFS

Entretenir la mobilité des articulations, gagner en souplesse, et en lâcher-prise.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	17-09-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	24-09-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	01-10-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	08-10-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	15-10-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	05-11-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	12-11-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	19-11-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	26-11-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	03-12-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	10-12-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	17-12-2019	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	07-01-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	14-01-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	21-01-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	28-01-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	04-02-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	03-03-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	10-03-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	17-03-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	24-03-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	31-03-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	07-04-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	28-04-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	05-05-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	12-05-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	19-05-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	26-05-2020	10:15	01:00	Centre sportif et de loisirs, 6 Quai Heydt - 67540 OSTWALD
Mardi	02-06-2020	10:15	01:00	Visio-atelier, Visio -
Mardi	09-06-2020	10:15	01:00	Visio-atelier, Visio -