

SEANCES LOISIRS ADULTES 2016/2017

LUNDI	MARDI	MERCREDI	Jeudi	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
					9h Débutants et Confirmés Ile Verte 12h	10h Confirmés Pont d'Oxford 12h
12h Débutants et Confirmés Pont d'Oxford 14h	12h Débutants et Confirmés Ile Verte 14h	12h Débutants et Confirmés Pont d'Oxford 14h	12h Autonome Ile Verte 14h	12h Débutants et Confirmés Pont d'Oxford 14h		

18h

Débutants
et
Confirmés

Ile Verte

20h

18h

Débutants
et
Confirmés

Ile Verte

20h

18h

Débutants
et
Confirmés

Pont d'oxford

20h

Base de l'Ile Verte : 37, quai Jongkind, 38 000 Grenoble

Base du pont d'Oxford : 160, rue des martyrs, 38 000 Grenoble

- Les séances commencent aux horaires indiqués
- ▲ - Il n'y a **pas de limitation du nombre de séances**. Une fois inscrit au club, vous avez la possibilité de faire les séances qui vous conviennent.
- Au passage à **l'heure d'hiver** (fin octobre) les séances du soir (18h-20h) se feront en salle (ergo, muscu/fitness...) jusqu'en mars.