

# PROGRAMME BLOCUS

Du 16/05/2011 au 24/06/2011.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>SPORTS BALLONS</b>					
BASKETBALL		12h30-13h30 S. E1 Grand hall		20h00-22h00 ♂ ♀ 2 terrains S. E1 Grand hall	12h30-13h30 S. E1 Grand hall
FUTZAL				20h30-22h00 C.S.F.S. salle H10	
HANDBALL	20h00-21h30 S. E1 Grand Hall				
VOLLEYBALL	18h30-20h00 C.S.F.S. salle H2		12h30-13h30 S. E1 Grand hall	20h00-22h00 S. E1 Grand hall	
<b>COURS COLLECTIFS</b>					
ABDOS FESSIERS	12h30-13h30 S. E1 Grand Hall	18h00-19h00 S. E1 Grand Hall		18h00-19h00 S. E1 Grand Hall	
ACTI GYM SENIORS		11h00-12h00 S. E2 salle 6			
BODY SCULPT					12h30-13h30 S. E1 Grand hall
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN	11h30-12h30 S. E1 Gand Hall				12h30-13h30 S. E1 Dojo
LATIN AEROBICS				19h00-20h00 S. E1 Grand hall	
MISE EN CONDITION PHYSIQUE	18h00-19h00 S. E1 Grand hall	12h30-13h30 S. E1 Grand Hall	18h00-19h30 S. E1 Grand Hall	12h30-13h30 S. E1 Grand Hall	
STEP BASIC	19h00-20h00 S. E1 Grand hall		12h30-13h30 S. E1 Grand hall		
STRETCHING		19h00-20h00 S. E2 salle 5			
TAÏ CHI CHUAN		19h00-20h30 S. E2 salle 6	12h15-13h45 S. E2 salle 6		
TANGO				19h30-21h00 S. E2 Salle 6	
YOGA	18h15-20h00 S. E1 Dojo	12h30-13h30 S. E1 Dojo			
<b>SPORTS DE COMBAT - ARTS MARTIAUX</b>					
AIKIDO				18h30-20h00 S. E1 Dojo	
BOXE	18h30-20h30 C.S.F.S. salle M		18h00-20h00 C.S.F.S. salle M		
CAPOEIRA				18h00-19h30 S. E2 salle 5	
JU-JITSU MODERNE				20h00-21h30 S. E1 Dojo	
JUDO		18h00-20h00 S. E1 Dojo			
KARATÉ			18h30-20h30 S. E1 Dojo		
KENDO		12h15-13h45 S. E2 salle 6	12h15-13h45 S. E1 Dojo		
TAEKWONDO	20h00-21h30 S. E1 Dojo				
<b>SPORTS DE RAQUETTES</b>					
BADMINTON		19h-21h S. E1 Grand hall			
<b>DIVERS</b>					
MUSCULATION	12h30-13h30 E. ■	20h00-21h30 C.S.F.S. salle C	12h30-13h30 E. ■	20h00-21h30 C.S.F.S. salle C 12h30-13h30 E. ■	12h30-13h30 E. ■
NATATION	Calypso 8h00-9h00	Calypso 12h30-14h00			
PLONGÉE SOUS-MARINE			Calypso 20h45 précises		
WALK & RUN		12h30-13h30 Déb. S. E1 Rdv Hall d'entrée			