

# HORAIRE DE COURS DU 5 AU 16 JANVIER ET DU 16 MAI AU 26 JUIN 2009



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>SPORTS BALLONS</b>					
BASKETBALL	12h30-13h30 E1 Grand Hall			18h00-19h00 E1 Grand Hall ♀ & ♂ 20h30-22h00 C.S.F.S. salle H10	12h30-13h30 E1 Grand Hall
FUTZAL					
VOLLEYBALL	12h30-13h30 E1 Grand Hall		12h30-13h30 E1 Grand Hall	18h30-20h30 E2 salle 5	
<b>COURS COLLECTIFS</b>					
ABDOS FESSIERS	11h30-12h30 E2 salle 5	18h00-19h00 E1 Grand Hall		12h30-13h30 E1 Grand Hall 19h00-20h00 E1 Grand Hall	12h15-13h30 E2 salle 5
AÉROBIC					
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN	12h30-13h30 E2 salle 5				12h30-13h30 E1 Dojo
LATIN AÉROBIC					11h00-12h15 E2 salle 5
MISE EN CONDITION PHYSIQUE		12h30-13h30 E1 Grand Hall			
SALSA					18h00-19h30 E2 salle 6
STEP	19h00-20h00 E1 Grand Hall		12h30-13h30 E1 Grand Hall 18h00-19h00 E1 Grand Hall		
STRETCHING		19h00-20h00 E2 salle 5			
TAI CHI CHUAN		19h00-20h30 E2 salle 6			
YOGA	12h30-13h30 E1 Dojo		18h30-20h00 C.S.F.S. salle G3		
<b>COURS COLLECTIFS SENIOR</b>					
ACTI GYM SENIORS		10h00-11h00 E2 Salle 6	10h00-11h00 E2 salle 6		
<b>SPORTS DE COMBAT - ARTS MARTIAUX</b>					
CAPOEIRA			12h30-13h30 E2 salle 5		
JUDO		18h00-20h00 E1 Dojo			
KARATÉ			18h30-20h30 E1 Dojo		
<b>SPORTS DE RAQUETTES</b>					
BADMINTON		19h00-21h00 E1 Grand hall			
TENNIS	17h30-19h00 C.S.F.S. salle H11			18h00-19h30 C.S.F.S. salle H11	
<b>DIVERS</b>					
MUSCULATION	12h00-13h30 E1 salle P.T. 18h00-20h00 E1 salle P.T.	12h00-13h30 E1 salle P.T.	12h00-14h00 E1 salle P.T. 18h00-20h00 E1 salle P.T.	12h00-14h00 E1 salle P.T.	



Restaurant l'HUITRIÈRE  
Quai aux Briques 20-1000 Bruxelles  
Tél.: 02-512.08.66



LE VISTRO  
Quai aux Briques 16-1000 Bruxelles  
Tél: 02/ 512 41 81