

A L'ASSO DU SPORT

PLANNIG SEMAINE SAISON 2014/2015	MARDI 17H à 20H	MERCREDI 17H à 20H	JEUDI 19H à 20H	VENDREDI 17H à 22H	SAMEDI 8H à 12H
Aïkido Handi-Valide 10 pers par groupe + handis Cours salle judo ROCBARON	19h15 à 20h45 cours mixte à partir de 8 ans		19h00 à 20h30 cours mixte à partir de 8 ans		
Gen'Ki 20 adultes Cours salle judo ROCBARON					9h30 - 10h30
Close défense 20 pers par groupe maxi Cours gymnase ROCBARON	17h30 - 18h30 enfants A partir de 7 ans 19h00 - 20h00 cours adultes			19h00 - 20h30 adultes à partir de 15 ans	
Multisports 12 enfants par groupe 12 adultes Cours gymnase ROCBARON	17h15 - 18h15 6/8 ans 18h15 - 19h15 9/12 ans			17h45 - 18h45 6/8 ans 18h45 - 19h45 9/12 ans 20h00 - 22h00 adultes	
Body Close 20 pers à partir de 16 ans Cours gymnase ROCBARON		19h10 - 20h00			8h30 - 9h30
Baby-gym 20 enfants par groupe maxi + les parents Cours gymnase ROCBARON					09h30 - 10h20 4/6 ans 10h30 - 11h20 2/4 ans
Escalade 12 enfants + parents 15 adultes maxi Cours gymnase ROCBARON	17h30-20h00 7/12 ans Débutants	20h00 - 22h00 Escalade en autonomie		17h30 - 20h30 12/17 ans 20h30 - 22h00 adultes	
Sport Adapté 3 groupes de 12 pers Cours gymnase ROCBARON		Multisports 17h15 - 18h15 17h45 - 18h45 18h15 - 19h15			
Plongée PMT et bouteilles nombre suivant encadrant	19h00-21h00 Piscine de Garéoult jusqu'au 2/9/14		19h00-21h00 piscine les arbousiers La Roque		Samedi ou dimanche sorite en mer