



## ACTIVITES ADOS /ADULTES SAISON 2022/2023

ACTIVITE	JOUR	horaire de début	horaire de fin
PILATES	LUNDI	9H30	10H30
PILATES	LUNDI	10H30	11H30
RENFO MUSCULAIRE DYNAMIQUE	LUNDI	18H00	19H00
PILATES	LUNDI	19H00	20H00
GYM SUR AGRES	LUNDI	19H30	21H30
AERODANCE	MARDI	19H00	20H00
RENFO. MUSCULAIRE	JEUDI	10H30	11H30
PILATES	JEUDI	18h00	19h00
STEP	JEUDI	19H30	20H30
CARDIO / STRETCH	VENDREDI	10h30	11h30

**Ecole Gymnique de Jassans**

70 rue de la Saône 01480 Jassans Riottier  
[www.gymjassans.com](http://www.gymjassans.com)

09 51 03 88 75 / 06 70 64 29 51