

# LE SPORT POUR LES PERSONNELS

À PARTIR DU 16 SEPTEMBRE 2024

## LUNDI

- Remise en forme **12h-14h** ➤ CROUS René Maran salle Fitness
- Sophrologie **12h30-13h30** ➤ Maison des Arts

## MARDI

- Badminton **12h-14h** ➤ Rocquencourt - salle omnisport
- Pilates **12h30-13h30** ➤ Rocquencourt - COSEC Agres
- Yoga **12h30-13h30** ➤ CROUS René Maran salle Fitness
- Danse Lindy Hop **18h-19h** ➤ CROUS René Maran E Sport

## MERCREDI

- Feldenkrais **17h-18h** ➤ Rocquencourt - COSEC danse
- Cardio / Renfo (ex fitness) **17h30-18h30** ➤ Maison des Arts
- Squash **12h-14h** ➤ Monadey - halle des sports
- Yoga **17h-18h** ➤ Rocquencourt - COSEC Agres

## JEUDI

- Danse latine **17h30-19h** ➤ Maison des Arts
- Football **12h-14h** ➤ Monadey - synthétique 2
- Pilates **12h-13h** ➤ Rocquencourt - COSEC danse

## VENDREDI

- Pilates **12h30-13h30** ➤ Maison des Arts
- Gym suédoise **12h-13h30** ➤ CROUS René Maran salle E Sport