

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

**UE BOXE FRANÇAISE**  
10h15 - 11h45  
Salle de Combat

**NATATION**  
11h30 - 13h30  
Piscine Montherlant

**BASKET F**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Montherlant

**UE FOOTBALL M**  
12h00 - 13h30  
Stade J.P. Wimille

**TENNIS LOISIR**  
12h00 - 13h30  
Île de Puteaux

**UE RUGBY M**  
12h00 - 13h30  
Stade de la Porte d'Auteuil

**CUISSES ABDOS FESSIERS**  
12h00 - 13h00  
Salle de Combat

**UE RUGBY F**  
12h00 - 13h30  
Stade J.P. Wimille

**PILATES**  
13h00 - 14h00  
Salle de Combat

**UE DANSE CONTEMPORAINE**  
12h00 - 13h30  
Salle de Danse

**BOXE FRANÇAISE**  
14h - 15h30  
Salle de Combat

**UE FORMATEUR 1<sup>ER</sup> SECOURS**  
18h45 - 20h15  
Zone d'accueil salle de sport

**FOOTBALL M**  
17h00 - 19h00  
Stade J.P. Wimille

**REMISE EN FORME**  
17h15 - 18h45  
Salle de Combat

**STEP TONIC**  
19h00 - 20h30  
Salle de Danse

**UE TENNIS DE TABLE**  
19h15 - 20h45  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**UE BADMINTON**  
19h15 - 20h45  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**UE HANDBALL F**  
19h30 - 21h00  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**LUTTE PLO**  
19h30 - 21h00  
Salle de Combat

**UE COACHING FORME**  
10h15 - 11h45  
Salle de Musculation

**UE BOXE FRANÇAISE**  
08h30 - 10h00  
Salle de Combat

**UE BOXE FRANÇAISE IPJ**  
10h15 - 11h45  
Salle de Combat

**UE FOOTBALL M**  
12h00 - 13h30  
Stade J.P. Wimille

**DANSE CONTEMPORAINE**  
12h00 - 13h30  
Salle de Danse

**BASKET M**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Montherlant

**ABDOS FESSIERS STRETCHING**  
12h00 - 13h30  
Salle de Combat

**TENNIS LOISIR**  
12h00 - 13h30  
Île de Puteaux

**UE TENNIS**  
13h45 - 15h30  
Aquaboulevard

**ATELIER CHORÉGRAPHIQUE**  
13h45 - 15h15  
Salle de Danse

**UE TENNIS**  
15h30 - 17h15  
Aquaboulevard

**BOXE FRANÇAISE**  
15h30 - 17h  
Salle de Combat

**PILATES**  
17h15 - 18h15  
Salle de Combat

**BODY BARRE**  
18h15 - 19h45  
Salle de Danse

**YOGA HATHA**  
18h15 - 19h30  
Salle de Combat

**UE STEP**  
19h30 - 21h00  
Salle de Combat

**UE TENNIS DE TABLE**  
19h15 - 20h45  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**OSTÉOPATHIE**  
sur rendez-vous uniquement  
18h00 - 21h00  
Salle de Tennis de Table

**UE MUSCULATION**  
10h15 - 11h45  
Salle de Musculation

**UE BASKET**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Suchet

**UE HANDBALL M**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Montherlant

**ABDOS FESSIERS STRETCHING**  
12h00 - 13h30  
Salle de Combat

**HIP HOP STREET DANCE**  
17h15 - 18h00  
Salle de Danse

**CARDIO DANCE**  
18h00 - 18h45  
Salle de Danse

**UE BADMINTON**  
19h15 - 20h45  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**NATATION libre**  
20h30 - 21h30  
Piscine Montherlant

**NATATION perfectionnement**  
20h30 - 22h30  
Piscine Montherlant

**UE FOOTBALL M**  
12h00 - 13h30  
Stade J.P. Wimille

**STRONG BY ZUMBA**  
12h00 - 12h45  
Salle de Danse

**BODY TONIC**  
12h45 - 13h30  
Salle de Danse

**UE MUSCULATION**  
13h45 - 15h15  
Salle de Musculation

**SOPHROLOGIE**  
17h00 - 18h00  
Salle de Combat

**MINDFULLNESS**  
18h00 - 19h00  
Salle de Combat

**VOLLEY initiation**  
19h00 - 20h30  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**VOLLEY perfectionnement**  
19h00 - 20h30  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**UE MUSCULATION**  
10h15 - 11h45  
Salle de Musculation

**UE BADMINTON**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Suchet

**RUNNING BOOTCAMP**  
12h00 - 13h30  
Rdv Salle de Danse

**UE VTT**  
15h15 - 16h45  
Bureau des Sports

**UE FORMATEUR 1<sup>ER</sup> SECOURS**  
18h00 - 19h30  
Dauphine

**JUJITSU BRÉSILIEN**  
18h15 - 19h45  
Salle de Combat

**UE ESCALADE**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Suchet

**CROSS TRAINING**  
12h00 - 13h30  
Salle de Danse

**F.F.S.U**  
12h00 - 22h00

**BODY ZEN**  
17h15 - 18h15  
Salle de Danse

**BOXING FITNESS**  
18h15 - 19h15  
Salle de Danse

**FUTSAL**  
19h00 - 20h30  
Gymnase Montherlant

**TENNIS LOISIR**  
12h00 - 13h30  
Île de Puteaux

**UE ESCALADE**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Suchet

**YOGA DYNAMIQUE**  
12h00 - 13h30  
Salle de Danse

**UE BADMINTON**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Suchet

**CROSS TRAINING**  
17h15 - 18h45  
Salle de Danse

**CHORÉGRAPHIE CHEERLEADERS**  
19h15 - 20h45  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**UE VOLLEY**  
12h00 - 13h30  
Gymnase Montherlant

**ABDOS FESSIERS STRETCHING**  
12h00 - 13h30  
Salle de Combat

**UE FOOTBALL F**  
12h00 - 13h30  
Stade J.P. Wimille

**VOLLEY**  
17h00 - 18h30  
Gymnase Montherlant

**FUTSAL**  
19h00 - 20h30  
Gymnase du Lycée Janson de Sailly

**QI GONG**  
10h00 - 11h00  
Salle de Combat

**SOPHROLOGIE**  
11h00 - 12h00  
Salle de Combat

**RUNNING BOOTCAMP**  
13h30 - 15h  
Rdv Salle de Danse

**STREET WORKOUT & CALISTHENICS**  
13h30 - 15h00  
Salle de Danse

**TABATA TARGET**  
14h30 - 15h30  
Salle de Combat

**GAINAGE STRETCH**  
15h30 - 16h30  
Salle de Combat