

A.N.G.E

Séance d'une heure

Planning des cours

2024-2025

| Saint-Nazaire | lundi | mardi | mercredi | jeudi | vendredi |
|--|--|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|
| Gymnastique | Seules les séances bénéficiant d'un nombre suffisant d'adhérents seront maintenues | | | | |
| Gymnase GARNIER - Rue Clément Ader | 16:45 Gym-Form | | | | |
| Gymnase F. BUISSON - Rue de la Vecquerie | 18:00 Gym-Form | | 18:00 Gym-Tonic | | |
| Maison de quartier M. PAGNOL - La Trébale | | 09:00 Gym-Form | | 09:00 Gym-Form | |
| Maison de quartier M. PAGNOL - La Trébale | | 10:05 Gym-Form | | 10:05 Gym-Form | |
| Maison de quartier M. PAGNOL - La Trébale | | 11:10 Gym-Form | | 11:10 Gym-Bien-être | |
| Maison de quartier M. PAGNOL - La Trébale | | | | 14:00 Gym-Form | |
| Ecole Gambetta -salle danse- Entrée Rue Cardurand | | 17:00 Gym-Form | | | |
| Gymnase CARNOT - Rue du Traict | | 18:30 Gym-Form | | | |
| Gymnase H.FOGEL - Av Coubertin | | | | | 17:00 Gym-Stretching |
| Gymnase École P.& M. CURIE - Rue G.Sand | | | 19:05 Renfort-Cardio | 19:15 Gym-Tonic | |
| Stretching | | | | | |
| Salle du Petit Caporal - Rue G. de Maupassant | 10:10 | | | | |
| Gymnase École P.& M. CURIE - Rue G.Sand | 18:30 | | | | |
| Gymnase CARNOT - Rue du Traict | | | | | 9:00 |
| Gymnase H.FOGEL - Av Coubertin | | | | | 16:00 |
| Pilates | | | | | |
| Salle du Petit Caporal - Rue G. de Maupassant | 9:00 Initié | | | | |
| Gymnase Victor HUGO - Rue J.Ant de Baïf | | 19:05 | | | |
| Maison de quartier Immaculée (décathlon) | | | | | 14:00 |
| Ecole Jean Jaurès - Bd L. Gambetta | | | | 18:45 | |
| Full dance | | | | | |
| Gymnase École P.& M. CURIE - Rue G.Sand | 19:35 | | | | |
| Qi Gong | | | | | |
| Gymnase F. BUISSON - Rue de la Vecquerie | 19:15 | | | | |
| Maison de quartier Immaculée (décathlon) | | | | 15:00 | |
| Trignac | | | | | |
| BERT - Salle Martin Luther King | | | 17:15 Gym-Form | | |
| TRIGNAC Centre - Gymnase G Frédet | | 14:30 Gym-Bien-être | | 09:30 Gym-Form | |
| CERTE - Gymnase Jean de Neyman | | | | 17:30 Gym-Form | |
| Marche Nordique | | | | | |
| Cours de 1:30 toutes les 2 semaines | | | | | 10:30 |
| Savenay | | | | | |
| Gym bien-être, tonic, form, Pilates | 9h15 Gym-Bien-être | | | | |
| Complexe polyvalent - 1, rue des Mésanges - Salle Conférence | 10:15 Gym-Tonic | | | | |
| | 11:15 Pilates | | | 16:00 Gym-Form | |
| | 19:00 Gym-Tonic | 19:30 Gym-Form | | | |
| Bouvron | | | | | |
| Gym | | | | | |
| Salle - Rue Louis Guihot | | | 20:00 | 14:30 | |