

Programme DIAfit du lundi 11 septembre 2017 au vendredi 1er décembre 2017

N.	Jour	date	Enseignement 14h30-15h30	Activité physique 15h30-16h30	Lieu
1	lundi	11 septembre 2017	Accueil Groupe	Bilan moniteur d'entrée	Pavillon Louis XVI
2	mercredi	13 septembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
3	vendredi	15 septembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
4	lundi	18 septembre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
5	mercredi	20 septembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
6	vendredi	22 septembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
7	lundi	25 septembre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
8	mercredi	27 septembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
9	vendredi	29 septembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
10	lundi	2 octobre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
11	mercredi	4 octobre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
12	vendredi	6 octobre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
13	lundi	9 octobre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
14	mercredi	11 octobre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
15	vendredi	13 octobre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
16	lundi	16 octobre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
17	mercredi	18 octobre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
18	vendredi	20 octobre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
19	lundi	23 octobre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
20	mercredi	25 octobre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
21	vendredi	27 octobre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
22	lundi	30 octobre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
23	mercredi	1 novembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
24	vendredi	3 novembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
25	lundi	6 novembre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
26	mercredi	8 novembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
27	vendredi	10 novembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
28	lundi	13 novembre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
29	mercredi	15 novembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
30	vendredi	17 novembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
31	lundi	20 novembre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
32	mercredi	22 novembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
33	vendredi	24 novembre 2017		Gym en salle	Salle de réentraînement (niveau S)
34	lundi	27 novembre 2017		Nordic walking	Entrée principale de Beau-séjour
35	mercredi	29 novembre 2017	Pavillon Louis XVI	Aquagym	Piscine (niveau S)
36	vendredi	1 décembre 2017		Bilan moniteur de sortie	Pavillon Louis XVI

Le programme est fixe. Merci de votre ponctualité.

Pour chaque session vous pourrez accéder aux vestiaires et douches du gymnase. Pensez à prendre un cadenas pour fermer votre casier. Les activités physiques d'extérieur seront effectuées quelles que soient les conditions.

Merci de prévoir un équipement adapté

**En cas d'absence programmée, nous vous remercions d'avertir si possible 24h à l'avance:
Madame Alexandra KUNZ: 079.553.39.77 ou Dr Frédéric SITTARAME: 079.553.36.14**

Toute absence non justifiée donnera lieu à une facturation forfaitaire

