



# PLANNING ATHLÉ-SANTÉ 2017-2018



Tournefeuille, Plaisance-du-Touch, Cugnaux, St-Lys et Fonsorbes

Athlé 632	8h30	9h	9h30	10h	10h30	11h	11h30	12h	12h30	13h	13h30	14h	14h30	15h	15h30	16h	16h30	17h	17h30	18h	18h30	19h	19h30	20h	20h30		
LUNDI																											
MARDI			Marche Nordique Bouconne (RZV Labitrie) <b>N2</b> * Olivier												Marche Nordique La Ramée Manège <b>N1</b> Olivier								Running, Marche Rapide, Tournefeuille Collège Labitrie Olivier				
MERCREDI			Marche Rapide Tournefeuille Collège Labitrie Olivier							Renfo musculaire abdos, fessiers Tournefeuille Olivier														Marche Nordique Tournefeuille <b>N1</b> Lieux variables Olivier			
JEUDI		Départ 8h30																								Running, M-R, Renfo Musculaire Plaisance-du-Touch Collège J. Vernes Olivier	
		Marche Nordique Fonsorbes Parc de Bidot N3 Jacques-Gérard																									
			Ou Départ 9h30																								
VENDREDI			Marche Nordique La Ramée <b>N1</b> Piscine Olivier					Pilates débutants La Ramée Olivier			Marche Nordique La Ramée <b>N1</b> Olivier																
SAMEDI			Marche Nordique La Ramée <b>N1</b> Manège Valérie																								
Athlé 632	8h30	9h	9h30	10h	10h30	11h	11h30	12h	12h30	13h	13h30	14h	14h30	15h	15h30	16h	16h30	17h	17h30	18h	18h30	19h	19h30	20h	20h30		

\* **N** : Niveau de difficulté des séances de Marche Nordique

Pour plus d'informations, contactez Olivier au 06 37 78 72 70