

## A.N.G.E cours saison 2021-2022

<b>Saint-Nazaire</b>	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<b>Gym Entretien - Form - Tonic</b>	Seules les séances bénéficiant d'un nombre suffisant d'adhérents inscrits en 1er cours seront maintenues				
Gymnase F. BUISSON rue de la Vecquerie	18h - 19h		18h - 19h		
Gymnase F. BUISSON volley loisir	19h - 20h		19h - 20h		
Salle des Landettes chemin d'Avalix	14h - 15h	17h - 18h			
Maison de quartier M. PAGNOL La Trébale		9h - 10h		9h - 10h gym douce	
Maison de quartier M. PAGNOL La Trébale		10h05 - 11h05		10h05 - 11h05	
Maison de quartier M. PAGNOL La Trébale		11h10 - 12h10		11h10 - 12h10	
Gymnase CARNOT rue du Traict		18h30 - 19h30			
Gymnase FOGEL 21 bis av Coubertin				14h - 15h	
Gymnase GARNIER rue Clément Ader	16h45 - 17h45				
Gymnase École P. & M. CURIE rue G. Sand				19h15 - 20h15 gym form	
Gymnase École P. & M. CURIE rue G. Sand		20h15 - 21h15 gym tonic	19h15 - 20h15 c.a.f.	20h15 - 21h15 gym tonic	18h - 19h gym/stretch.
<b>Stretching</b>					
Salle des Landettes chemin d'Avalix	10h10 - 11h10				
Gymnase École P. & M. CURIE rue G. Sand	18h30 - 19h30				
Gymnase CARNOT rue du Traict					9h - 10h
L.L. Coubertin salle karaté n°4					15h30 - 16h30
<b>Zumba</b>					
Gymnase École P. & M. CURIE rue G. Sand	19h35 - 20h35				
<b>Qi Gong</b>					
Maison de quartier Immaculée (décathlon)				15h - 16h	
<b>Pilates</b>					
Salle des Landettes chemin d'Avalix	9h - 10h				
Gymnase Victor HUGO rue J. Antoine de Baïf		19h30 - 20h30			
Maison de quartier Immaculée (décathlon)					14h - 15h
Ecole Gambetta rue de toutes Aides				18h45 - 19h45	
<b>Trignac Gym</b>					
BERT école Louise Michel			17h30 - 18h30		
CERTE gymnase Jean de Neyman				17h30 - 18h30	
TRIGNAC Centre gymnase G Frédet		14h30 - 15h30		9h30 - 10h30	
<b>Savenay Gym et Pilates</b>					
Complexe polyvalent 1, Rue des Mésanges - Salle Conférence	9h15 - 10h15 gym douce				
	10h15 - 11h15 gym tonic				
	11h15 - pilates		16h15 - 17h15		
	19h - 20h	19h30 - 20h30	19h30 - 20h30		
<b>Bouvron Gym</b>					
Salle rue Louis Guihot			20h - 21h	14h30 - 15h30	