

AAPA -- Cours 2022/2023

LIEU	ANIMATRICES	ACTIVITES	JOUR	HORAIRES
LE HAVRE				
Salle des Acacias	Ingrid Menguy	Gym douce	Vendredi	10 h 15
Salle Albert Copieux	Marine Brault	Gym Dynamique	Mardi	18 h 00
Salle annexe mairie de Sanvic	Alaxendra Martin-Desanglois	Gym. Dynamique	Mardi	14 h 00
		Yoga-stretch	Jeudi	10 h 30
		Gym. Dynamique	Vendredi	10 h 00
La Pérouse	Claire Chenel	Gold Dance	Mardi	14 h 00
Foyer Louis Blanc	Estelle Creach	Gym Dynamique	Mardi	9 h 00
		Gym. Dynamique	Jeudi	9 h 00
		Gym douce	Jeudi	10 h 00
	Claire Chenel	Gold Dance	Vendredi	9 h 30
Fabrique Massillon	Rachel Ligier	Gym d'entretien	Mardi	14 h 00
Stade Deschaseaux	Ingrid Menguy	Gym. Dynamique	Mardi	14 h 30
	Claire Chenel	Gym Bien-Etre et Détente	Mardi	19 h 00
Fabrique Ste Catherine	Florie Pelvillain	Yoga	Mardi	14 h 15
HEUQUEVILLE				
Epouville	Mélanie Lethuillier	Gym. Dynamique	Mardi	9 h 15
		Retraité Actif		10 h 15
		Renf. Musculaire	Mercredi	18 h 00
		Stretching		19h/19h30
Mannevillette	Ingrid Menguy	Gym. Douce	Mardi	9 h 15
	Hugo Marquis	Gym. Dynamique	Mercredi	18 h 30
HEUQUEVILLE				
Salle d'activités de l'école du Colombier	Hugo Marquis	Fit Boxing	Mardi	19 h 00
	Rachel Ligier	Multi-sports GS maternelle/CP/CE1	Mercredi	9 h 00
		Eveil Sportif Maternelle de 3 à 5 ans		10 h 15
		Gymnastique Rythmique Primaire de 6 à 11 ans		11 h 15
Hugo Marquis	Stretching	Vendredi	18 h 00	
Cauville	Ingrid Menguy	Gym. Dynamique	Lundi	18 h 00
Gonneville la Mallet	Ingrid Menguy	Gym. Dynamique	Lundi	19 h 30
		Gym. Dynamique	Jeudi	19 h 00
Saint Jouin Bruneval	Ingrid Menguy	Gym. Dynamique	Jeudi	9 h 00
Saint Laurent Brévedent	Catherine Ruillé	Gym. Mixte (Pilates et Feldenkrais)	Mercredi	9 h 00
	Mélanie Letuillier	Gym. Dynamique	Jeudi	9 h 00
MONTIVILLIERS				
Salle Henri Matisse	Rachel Ligier	Techniques Cardio - Step Renf musculaire	Mardi	17 h 00
		Renf. Musculaire-Cardio Training		18 h 00
		DEEP GYM		19 h 00
Maison de Quartier des Lombards	Florie Pelvillain	Cardio-Boxe	Jeudi	18 h 15
		Yoga		19 h 15
MARCHE NORDIQUE				
Marche Nordique	Claire Chenel	Obligation inscription au 06 30 85 55 45	Samedi	9 h 30