



PLANNING SPORT 2022-2023

TERRE DE MARINS

COURS ANGÉLIQUE LE MARDI

COURS SPÉCIAUX ANGÉLIQUE

COURS ANGÉLIQUE SUR PLACE

COURS OCÉANE LE VENDREDI

2022				2023						
Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet
1 Je	1 Sa	1 Ma	1 Je	1 Di	1 Me	1 Me	1 Sa	1 Lu ¹⁸	1 Je	1 Sa
2 Ve	2 Di	2 Me	2 Ve	2 Lu ¹	2 Je	2 Je	2 Di	2 Ma CORE & DANCE	2 Ve	2 Di
3 Sa	3 Lu ⁴⁰	3 Je	3 Sa	3 Ma CORE & DANCE	3 Ve	3 Ve	3 Lu ¹⁴	3 Me	3 Sa	3 Lu ²⁷
4 Di	4 Ma CORE & DANCE	4 Ve	4 Di	4 Me	4 Sa	4 Sa	4 Ma CORE & DANCE	4 Je	4 Di	4 Ma CORE & DANCE
5 Lu ³⁶	5 Me	5 Sa	5 Lu ⁴⁹	5 Je	5 Di	5 Di	5 Me	5 Ve	5 Lu ²³	5 Me
6 Ma CORE & DANCE	6 Je	6 Di	6 Ma CORE & DANCE	6 Ve Épiphanie	6 Lu ⁶	6 Lu ¹⁰	6 Je	6 Sa	6 Ma CORE & DANCE	6 Je
7 Me	7 Ve	7 Lu ⁴⁵	7 Me	7 Sa	7 Ma PILOXING	7 Ma CORE & DANCE	7 Ve	7 Di	7 Me	7 Ve
8 Je	8 Sa	8 Ma CORE & DANCE	8 Je	8 Di	8 Me	8 Me	8 Sa	8 Lu ¹⁹	8 Je	8 Sa
9 Ve	9 Di	9 Me	9 Ve	9 Lu ²	9 Je	9 Je	9 Di	9 Ma YIN YOGA	9 Ve	9 Di
10 Sa	10 Lu ⁴¹	10 Je	10 Sa	10 Ma YIN YOGA	10 Ve	10 Ve	10 Lu ¹⁵	10 Me	10 Sa	10 Lu ²⁸
11 Di	11 Ma YIN YOGA	11 Ve	11 Di	11 Me	11 Sa	11 Sa	11 Ma COURS SPECIAL	11 Je	11 Di	11 Ma YIN YOGA
12 Lu ³⁷	12 Me	12 Sa	12 Lu ⁵⁰	12 Je	12 Di	12 Di	12 Me	12 Ve	12 Lu ²⁴	12 Me
13 Ma YIN YOGA	13 Je	13 Di	13 Ma SPIRO-THERAPIE	13 Ve	13 Lu ⁷	13 Lu ¹¹	13 Je	13 Sa	13 Ma YIN YOGA	13 Je
14 Me	14 Ve	14 Lu ⁴⁶	14 Me	14 Sa	14 Ma	14 Ma YIN YOGA	14 Ve	14 Di	14 Me	14 Ve
15 Je	15 Sa	15 Ma YIN YOGA	15 Je	15 Di	15 Me	15 Me	15 Sa	15 Lu ²⁰	15 Je	15 Sa
16 Ve	16 Di	16 Me	16 Ve	16 Lu ³	16 Je	16 Je	16 Di	16 Ma CUISSES ABDOS FESSIERS	16 Ve	16 Di
17 Sa	17 Lu ⁴²	17 Je	17 Sa	17 Ma CUISSES ABDOS FESSIERS	17 Ve	17 Ve	17 Lu ¹⁶	17 Me	17 Sa	17 Lu ²⁹
18 Di	18 Ma MARCHÉ NORDIQUE	18 Ve	18 Di	18 Me	18 Sa	18 Sa	18 Ma	18 Je	18 Di	18 Ma
19 Lu ³⁸	19 Me	19 Sa	19 Lu ⁵¹	19 Je	19 Di	19 Di	19 Me	19 Ve	19 Lu ²⁵	19 Me
20 Ma CUISSES ABDOS FESSIERS	20 Je	20 Di	20 Ma	20 Ve	20 Lu ⁸	20 Lu ¹²	20 Je	20 Sa	20 Ma CUISSES ABDOS FESSIERS	20 Je
21 Me	21 Ve	21 Lu ⁴⁷	21 Me	21 Sa	21 Ma	21 Ma CUISSES ABDOS FESSIERS	21 Ve	21 Di	21 Me	21 Ve
22 Je	22 Sa	22 Ma CUISSES ABDOS FESSIERS	22 Je	22 Di	22 Me	22 Me	22 Sa	22 Lu ²¹	22 Je	22 Sa
23 Ve	23 Di	23 Me	23 Ve	23 Lu ⁴	23 Je	23 Je	23 Di	23 Ma RENFO DOS	23 Ve	23 Di
24 Sa	24 Lu ⁴³	24 Je	24 Sa	24 Ma RENFO DOS	24 Ve	24 Ve	24 Lu ¹⁷	24 Me	24 Sa	24 Lu ³⁰
25 Di	25 Ma	25 Ve	25 Di	25 Me	25 Sa	25 Sa	25 Ma	25 Je	25 Di	25 Ma
26 Lu ³⁹	26 Me	26 Sa	26 Lu ⁵²	26 Je	26 Di	26 Di	26 Me	26 Ve	26 Lu ²⁶	26 Me
27 Ma RENFO DOS	27 Je	27 Di	27 Ma	27 Ve	27 Lu ⁹	27 Lu ¹³	27 Je	27 Sa	27 Ma RENFO DOS	27 Je
28 Me	28 Ve	28 Lu ⁴⁸	28 Me	28 Sa	28 Ma RENFO DOS	28 Ma RENFO DOS	28 Ve	28 Di	28 Me	28 Ve
29 Je	29 Sa	29 Ma RENFO DOS	29 Je	29 Di			29 Me	29 Sa	29 Je	29 Sa
30 Ve	30 Di	30 Me	30 Ve	30 Lu ⁵			30 Je	30 Di	30 Ma COURS SPECIAL	30 Di
	31 Lu ⁴⁴		31 Sa	31 Ma CORE & DANCE			31 Ve	31 Me		31 Lu ³¹