

G.A.S.E.L.L.E saison 2025-2026 (Du 15 septembre 2024 au 4 juillet 2026)
Planning des activités (établi le 8 août 2025)

LIEUX		Grande salle Guy LEJEUNE LIANCOURT	Salle annexe Guy LEJEUNE LIANCOURT	Ecole Albert Camus LIANCOURT	Autres structures
JOURS	HEURES				
LUNDI	17h25 - 18h25	Gym. douce Audrey			
	18h30 – 19h30		Gym. Tonique Corinne		
	19h30 – 20h30		Gym. Tonique Corinne		
	19h00 – 20h30			Fit' danse Céline	
MARDI	17h50-18h50				BAILLEVAL Stretching postural Catherine
	19h00 - 20h00				BAILLEVAL Cardio Fight Doanh
	18h00 - 22h30		Tennis de table		
	19h15 -20h15			Sophrologie Caycédienne Tahar	
MERCREDI	8h45 – 9h45	Stretching Ludovic			
	14h00 -16h00		Tennis de table		
	16h15 - 17h15		Yoga * (1 par mois) Catherine		
	18h00 -19h00		Gym. Tonique Olivier		
	19h00 - 20h00			Yoga * (1 par mois) Catherine	
JEUDI	19h00 -20h00			Stretching Béatrice	
	20h00– 21h00				PISCINE Aquagym
VENDREDI	17H15-18H15	Pilates Béatrice			
	18H30-19H30	Gym. Tonique Doanh			
	19h00 -20h00			Sophrologie Caycédienne Tahar	
SAMEDI	10h00 - 11h00		ZUMBA® Anne-Sophie		
SAMEDI ou DIMANCHE					Randonnée 1 fois par mois

* Dates prévisionnelles des séances de yoga, le 1er mercredi du mois, sauf en décembre :
1er octobre, 5 novembre, 10 décembre, 7 janvier, 4 février, 4 mars, 1er avril, 6 mai et 3 juin