

Club Cœur et Santé d'Angoulême
saison 2023 - 2024
programme des activités physiques

Renforcement musculaire - séance de 1 h 30 - 149 euros
15 participants par séance

Stretching - séance de 45' - 76 euros
15 participants par séance

lundi		Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi			
Séance 1 <i>de 10h00 à 11h30</i>		Séance 1 <i>de 9h00 à 10h30</i>		Séance 2 <i>de 10h40 à 12h10</i>		Séance 1 <i>de 9h30 à 11h00</i>		Séance 2 <i>de 11h10 à 12h40</i>		Séance 1 <i>de 9h00 à 10h30</i>		Séance 2 <i>de 10h40 à 12h10</i>		Séance 1 <i>de 11h45 à 12h30</i>		Séance 2 <i>de 12h40 à 13h25</i>	
Claix Espace 2011 rue de la Mairie		Saint Yriex Gymnase des Berneries allée Léo Lagrange				Saint Yriex Gymnase des Berneries allée Léo Lagrange				Saint Yriex Gymnase des Berneries allée Léo Lagrange				Saint-Yriex Salle Dagnas rue des Ecoles			
date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin	date début	date fin
18-sept-23	08-juil-24	19-sept-23	25-juin-24	19-sept-23	25-juin-24	20-sept-23	10-juil-24	20-sept-23	10-juil-24	21-sept-23	04-juil-24	21-sept-23	04-juil-24	22-sept-23	28-juin-24	21-sept-23	28-juin-24
36 séances		36 séances		36 séances		36 séances		36 séances		36 séances		36 séances		36 séances		36 séances	

le présent planning tient compte des fêtes et jours fériés lorsqu'ils tombent le même jour qu'une séance
il incorpore également les congés des animateurs sportifs Pierre Roux et Kevin Lecocq : deux semaines à Noël et la deuxième semaine pour toutes les autres vacances,
tous les groupes bénéficient de 36 semaines d'activités

lundi		Mardi				Mercredi				Jeudi				Vendredi			
Séance 1		Séance 1		Séance 2		Séance 1		Séance 2		Séance 1		Séance 2		Séance 1		Séance 2	
Patricia Marchat Claude Boissinot	Christian Mahaudeau		Pierre Ancelin René Maillard		Jean-Marie Michelot Michelle Ulmann		Philippe Soulat ?		Pascal BERTHET ?				Daniel Faure		Jean-Noël François		