

Planning activités ATSCAF Site de Saint-Malo - Saison 2023/2024

MARDI	JEUDI	VENDREDI
PILATES 12h30/13h15 avec Aurélie salle Jacques Cartier	BUNGY PUMP 17h00/18h00 avec Mathieu	YOGA / STRETCHING 12h30/13h15 avec Aurélie salle Jacques Cartier
MARCHE NORDIQUE 17h30/19 h00 avec Mathieu	GYM NATURE 18h00/19h00 avec Mathieu	

Les séances de Pilates et yoga/stretching se déroulent **Salle AS Jacques Cartier 5, avenue de la Borderie 35400 Saint Malo**

La marche nordique, la gym nature et le Bungy Pump ont lieu en extérieur(le lieu de rendez-vous sous sera indiqué ultérieurement).

Vos contacts sur le site de St Malo :

Marche nordique, gym nature, Bungy Pump : Françoise MOCQUARD - 06 73 52 79 06 - f.mocquard@gmail.com

Pilates et Stretching Yoga : Rachel, Permanente ATSCAF 35 - 02 99 79 80 82