

# Planning activités ATSCAF Site de Saint-Malo - Saison 2022/2023

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>PILATES</b> 12h30/13h15 avec Aurélie salle Jacques Cartier	<b>YOGA / STRETCHING</b> 12h30/13h15 avec Aurélie salle Jacques Cartier  <b>nouveau !</b>	<b>BUNGY PUMP</b> 17h00/18h00 avec Mathieu  <b>nouveau !</b>	<b>SOPHROLOGIE</b> 12h30/13h30 17 séances sur la saison avec Véronique salle Jacques Cartier
<b>MARCHE NORDIQUE</b> 17h30/19 h00 avec Mathieu		<b>GYM NATURE</b> 18h00/19h00 avec Mathieu	

Les séances de Pilates, yoga/stretching et sophrologie se dérouleront **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 :**

Sophrologie : Véronique Quirin : 06 65 58 57 03

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

Pilates et Stretching Yoga : Nathalie FIAULT - 02 99 40 63 51 - [nathalie.fiault@dgfip.finances.gouv.fr](mailto:nathalie.fiault@dgfip.finances.gouv.fr)