

Planning Athlé Santé Loisirs 2016/2017



	Running	Running / Trail débutants		Condition physique	Remise en forme			Marche nordique			Stretching	Gym douce
Lundi	19h - 20h30 Yannick Stade de Thouars, Talence				18h30 - 20h Pierre Ancien centre social Talence Thouars			10h - 11h30 Pierre/Joël Cayac et Mandavit Gradignan	9h30 - 11h30 Thanh Cestas ou Canéjan			
Mardi	19h - 20h30 Thanh Cestas	18h30 - 20h Pascal Mandavit, Gradignan		18h30 - 20h Pierre Ancien centre social Talence Thouars	10h30 - 11h30 Thanh Cestas	12h - 13h Thanh Cestas		18h30-20h Joël Cayac et Mandavit* Gradignan			9h45-10h45 Pierre Ancien centre social Talence Thouars	15h - 16h Pierre Parc de la Tannerie Gradignan
Mercredi	19h - 20h30 Yannick Stade de Thouars, Talence	19h- 20h Loïck Stade de Thouars Talence						10h - 11h30 Pierre/Joël Mandavit Gradignan	18h30 - 20h Pierre Stade de Thouars Talence	9h30 - 11h30 Thanh Cestas ou Canéjan		
Jeudi	19h - 20h30 Cestas	18h30 - 20h Pascal Parc Mandavit, Gradignan			18h30 - 20h Pierre Ancien centre social, Talence	10h30 - 11h30 Thanh Cestas	12h - 13h Thanh Cestas	18h30 - 20h Joël Cayac et Mandavit* Gradignan		18h30 - 20h Cestas ou Canéjan	14h30 - 15h30 Pierre Parc château d'Ornon Gradignan	9h45 - 10h45 Pierre Ancien centre social Talence Thouars
Vendredi				18h30/20h Pierre Ancien centre social Talence Thouars				10h - 11h30 Pierre/Joël Mandavit Gradignan		9h30 - 11h30 Thanh Cestas ou Canéjan		
Samedi		11h - 12h Loïck Stade de Talence	10h - 12h Pascal Parc Mandavit Gradignan					10h - 12h Pierre/Joël Cayac, Val de l'eau Bourde et Mandavit* Gradignan		9h30 - 11h Cestas ou Canéjan		

* Rotation mensuelle sur les sites indiqués