



CENTRE SPORTIF DE COLOGNY

PROGRAMME DES COURS 2010-2011

YOGA RÂ				
YOGA EGYPTIEN HATHA-YOGA	Marina LAMM	Tél. 022 738 01 56 ou 079 793 65 54	Mercredi 19h.45 à 21h.15 Vendredi 09h.45 à 11h.15	Salle Passing
GYMNASTIQUE	Bettina	Tél. 022 348 87 72	mardi de 10h.30 à 11h.30	Salle Passing
GYMNASTIQUE	Deborah	Tél. 079 222 59 69	lundi de 10h.00 à 11h.00 mercredi de 10h.00 à 11h.00	Salle Passing Salle Passing
STRETCHING	René GRANGE	Tél. 079 658 20 90	lundi de 16h.15 à 17h.30	Salle Passing
GYM BAS DU CORPS	René GRANGE	Tél. 079 658 20 90	lundi de 09h.00 à 10h.00	Salle Passing
GYM-BAND-MUSCULATION	René GRANGE	Tél. 079 658 20 90	jeudi de 08h.45 à 09h.45	Salle Tulette
GYM BON NIVEAU	Secrétariat Martine	Tél. 022 349 81 19	mercredi de 18h.30 à 19h.30	Salle Passing
GYM DOS STRETCHING	Minou	Tél. 076 399 56 83	mardi de 14h.30 à 15h.30	Salle Passing
TAIJI (Tai Chi !!)	Dr LIU Dé	Tél. 079 461 03 51	jeudi de 08h.30 à 09h.30	Salle Passing
TAIJI QUAN & TAIJI QIGONG	Maître Lingling Yu	Tél. 022 860 00 38	lundi de 12h.30 – 13h.30 mardi de 19h.30 – 20h.30	Salle Passing
KINDERMUSIK à 10h.30 et	Christine BRYAN-BUXTON	Tél. 076 584 53 56 ou 022 772 07 67	jeudi de 9h.30 10h.30 à 11h.30 mardi de 9h.30 à 10h.30	Salle Passing
BOOT CAMP	Ryan CHRISTIE	Tél. 076 288 09 22	lundi et vendredi de 19h.00 à 20h.00	Salle Passing
TOTAL BODY	P-P-C	Tél. 022 700 33 66	mercredi de 17h.30 à 18h.30	Salle Passing
C.A.F. (Cuisses, abdos, fessiers)	P-P-C	Tél. 022 700 33 66	mardi de 08h.30 à 09h.30 jeudi de 12h.30 à 13h.30	Salle Passing Salle Passing
PILATES	P-P-C	Tél. 022 700 33 66	jeudi de 18h.00 à 19h.00	Salle Passing
STRETCHING	P-P-C	Tél. 022 700 33 66	vendredi de 12h.30 à 13h.30	Salle Passing
GOLF	P-P-C	privé	lundi de 17h.30 à 19h.00	Salle Passing
GOLF	P-P-C	privé	mardi de 13h.30 à 14h.30	Salle Passing
ENTRAÎNEMENT SKI	P-P-C	privé	mardi de 18h.30 à 19h.30	Salle Passing
PLAYBALL	Carla RIBEIRO	Tél. 079 213 58 04	mercredi de 14h.00 à 15h.00 et 15h.00 à 16h.00	Salle Passing