

Temps-Libre 2025-2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salle Monbalon	Piscine Cazalet	Salle Bellegrave Boxe	Piscine Cazalet	Salle Haut-Livrac
Yoga (2) 08h45-09h45 (Y1) <i>Nathalie</i> SSBE Yoga Adapté (2) 09h45-10h45 (SYA1) <i>Nathalie</i> Stretching (1) 11h00-11h45 (S1) <i>Corentin</i>	Aqua-gym (1) 08h00-08h45 (A1) <i>Denis</i>	Gym Douce (1) 09h00-10h00 (GD5) <i>Margot</i> Etirements Dos (1) 10h00-10h45 (E4) <i>Margot</i> Renf.Musculaire (1) 10h45-11h45 (RF3) <i>Margot</i>	Aqua-gym (1) 08h00-08h45 (A3) <i>Denis</i>	Renf.Musculaire (1) 08h45-09h45 (RF7) <i>Denis</i> Stretching (1) 09h45-10h30 (S8) <i>Denis</i> SSBE Gym Douce (1) 10h30-11h30 (SGD3) <i>Jessica</i>
Salle Roger Vincent	Salle Roger Vincent	Salle André Nègre	Salle André Nègre	Salle Roger Vincent
Gym Douce (1) 09h00-10h00 (GD1) <i>Jessica</i> Etirements Dos (1) 10h00-10h45 (E1) <i>Jessica</i> SSBE Pilates (1) 10h45-11h45 (SPi1) <i>Jessica</i>	Gym Entretien (1) 08h45-09h45 (GE2) <i>Corentin</i> Stretching (1) 09h45-10h30 (S3) <i>Corentin</i> Gym Douce (1) 11h00-12h00 (GD2) <i>Corentin</i>	Gym Douce (1) 09h00-10h00 (GD6) <i>Jessica</i> Multi Danses (1) 10h00-11h15 (MD1) <i>Benoit</i>	Badminton (1) 08h45-10h00 (B1) <i>Thomas</i> 10h00-11h15 (B2) <i>Thomas</i> 11h15-12h30 (B3) <i>Thomas</i> Gym Entretien (1) 09h00-10h00 (GE5) <i>Jessica</i> Stretching (1) 10h00-10h45 (S5) <i>Jessica</i> Danses Afro Latino Caraïbes (1) 10h45-12h00 (DA1) <i>Jessica</i>	Renf.Musculaire (1) 08h45-09h45 (RF8) <i>Corentin</i> Stretching (1) 09h45-10h30 (S9) <i>Corentin</i> Gym Entretien (1) 10h30-11h30 (GE6) <i>Corentin</i>
Salle André Nègre	Salle André Nègre	Golf de Pessac	Salle Bellegrave Boxe	Salle Bellegrave Boxe
Gym Entretien (1) 09h00-10h00 (GE1) <i>Chrystelle</i> Pilates (1) 10h00-11h00 (Pi1) <i>Chrystelle</i> Danse Country (1) 11h00-12h15 (DC1) <i>Agnès</i>	10h00-10h45 (E2) <i>Margot</i> SSBE Gym Douce (1) 10h45-11h45 (SGD2) <i>Margot</i>	Golf (3) 09h30-10h30 (Go4) <i>Maxime</i> 10h30-11h30 (Go5) <i>Maxime</i> 11h30-12h30 (Go6) <i>Gaspard</i>	Gym Douce (1) 08h45-09h45 (GD7) <i>Margot</i> Etirements Dos (1) 09h45-10h30 (E5) <i>Margot</i> SSBE Prévention Chutes (1) 10h30-11h30 (SPC1) <i>Margot</i>	Gym Entretien (1) 09h00-10h00 (GE7) <i>Cédric</i> Gym Douce (1) 10h00-11h00 (GD8) <i>Cédric</i> Stretching (1) 11h00-11h45 (S10) <i>Cédric</i>
Salle Roger Vincent Hall 1	Salle Echoppes D	Salle Echoppes D	Salle Roger Vincent	Salle Echoppes D
Volley (1) 09h00-10h00 (Vo1) <i>Corentin</i>	Gym Entretien (1) 09h00-10h00 (GE3) <i>Jessica</i> 10h00-11h00 (GE4) <i>Jessica</i> Stretching (1) 11h00-11h45 (S4) <i>Jessica</i>	Renf.Musculaire (Tonique) (1) 10h00-11h00 (RF4) <i>Chrystelle</i> Pilates (1) 11h00-12h00 (Pi5) <i>Chrystelle</i>	Renf.Musculaire (1) 09h15-10h15 (RF5) <i>Denis</i> Stretching (1) 10h15-11h00 (S6) <i>Denis</i> Yoga (2) 11h00-12h00 (Y2) <i>Cathy</i> Pilates (1) 12h00-13h00 (Pi6) <i>Cécile</i>	Gym Entretien (1) 09h00-10h00 (GE8) <i>Chrystelle</i> Pilates (1) 10h00-11h00 (Pi7) <i>Chrystelle</i>
Salle Bellegrave Boxe	Salle Bellegrave Boxe		Salle Echoppes G	Salle Léon Blum
Pilates (1) 09h15-10h15 (Pi2) <i>Cécile</i> SSBE Gym Douce (1) 10h15-11h15 (SGD1) <i>Cécile</i> SSBE Equilibre (1) 11h15-12h15 (SE1) <i>Cédric</i> Etirements Dos (1) 12h15-13h00 (E6) <i>Chrystelle</i>	Pilates (Doux) (1) 09h15-10h15 (Pi3) <i>Cécile</i> Gym Douce (1) 10h15-11h15 (GD4) <i>Cécile</i> Etirements Dos (1) 11h15-12h00 (E3) <i>Cécile</i>		Renf.Musculaire (1) 10h30-11h30 (RF6) <i>Kevin</i> Stretching (1) 11h30-12h15 (S7) <i>Kevin</i>	Pilates (1) 10h30-11h30 (Pi8) <i>Cécile</i> SSBE Gym Assise (1) 11h30-12h30 (SGA1) <i>Cécile</i>
Salle Echoppes G	Salle Bellegrave Boxe		Salle Poujeau	
Renf.Musculaire (1) 10h00-11h00 (RF1) <i>Denis</i> Stretching (1) 11h00-11h45 (S2) <i>Denis</i>	Pilates (1) 10h00-11h00 (Pi4) <i>Léa</i> Renf.Musculaire (1) 11h00-12h00 (RF2) <i>Denis</i>		Sophrologie (2) 10h30-11h30 (So1) <i>Anita</i>	
Lundi après-midi	Mardi après-midi	Mercredi après-midi	Jeudi après-midi	Vendredi après-midi
Bois de proximité	Golf de Pessac		Piscine Cazalet	Bois de proximité
Marche (1) 14h00-15h30 (Ma1) <i>Corentin</i> Marche (Mod/Tranqu) (1) 14h00-15h30 (Ma2) <i>Cécile</i>	Golf (3) 13h30-14h30 (Go1) <i>Everton</i> 14h30-15h30 (Go2) <i>Maxime</i> 15h30-16h30 (Go3) <i>Everton</i>		Aqua-gym (1) 12h45-13h30 (A4) <i>Léo</i> 13h30-14h15 (A5) <i>Léo</i>	Marche Nordique (Mod+) (1) 14h00-15h30 (MN1) <i>Denis</i> Marche Nordique (Mod-) (1) 14h00-15h30 (MN2) <i>Léa</i>
	Piscine Cazalet		Bois de proximité	
	Aqua-gym (1) 15h45-16h30 (A2) <i>Léo</i> Natation (1) 16h30-17h15 (N1) <i>Léo</i>		Gym de plein air (1) 14h00-15h30 (GPA1) <i>Corentin</i>	

(1) = Activités liste 1 / (2) = Activités liste 2