

Planning de base de l'offre de sport 2022-2023 (sous réserve de modifications)
LUNDI

	Installations sportives SOPHIE GERMAIN							EXTERIEUR								
	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT										
8h-8h30							8h-8h30									
8h30-9h							8h30-9h									
9h-9h30	BASKET						9h-9h30		CITE U	CHAMPIGNY						
9h30-10h				REMISE EN FORME			9h30-10h		MUSCU	GOLF						
10h-10h30					DANSE		10h-10h30				CLIMB UP					
10h30-11h	DARRAS		Remise en forme		CONTEMP		10h30-11h		BARBAUD	CITRON	ESCALADE Bloc					
11h-11h30	BAD	TT	PILATES				11h-11h30		CITE U		S. GUERTAU					
11h30-12h			POMMIER		BRULE		11h30-12h		MUSCU							
12h-12h30	DARRAS	MATHIEU	JU JITSU	KRAV MAGA DE FURSAC	REMISE EN FORME	GYM DOUCE	12h-12h30	NECKER						MALAKOFF	HUYGUENS	
12h30-13h	BAD	TT				BRULE	12h30-13h	YOGA	BARBAUD	STAPS				CARDIO FITNESS	GYM	
13h-13h30				BF	POMMIER	GYM DOUCE	13h-13h30	VILLIERS		BOXE				VERLOT	SPORTIVE	
13h30-14h	MATHIEU	BARRIERE	ROBIN			BRULE	13h30-14h	YOGA		COMPET				CARDIO FITNESS	BOULET	
14h-14h30	BAD	TT	JUDO		PPG ET MUSCU	REMISE	14h-14h30	VILLIERS	CITE UNIV	KAABECHE				VERLOT		
14h30-15h	SL			MENANT		EN FORME	14h30-15h			CITE UNIV				CLIMB UP		
15h-15h30			ROBIN	BF		BRULE	15h-15h30		FOOTBALL BDS	FOOTBALL				ESCALADE bloc		
15h30-16h	DARRAS	BARRIERE			MATHIEU	15H45	15h30-16h	CITE U	BARBAUD/DELAV	POMMIER				S. GUERTAU		
16h-16h30	VOLLEY		PPG		MUSCU		16h-16h30	ATHLE								STAPS
16h30-17h			MATHIEU	MENANT			16h30-17h	ENDURANCE								
17h-17h30						YOGA	17h-17h30	CITRON						A.MILLAT		SECOURISME
17h30-18h	BARRIERE		Abdos Fessiers	Fitness Boxe	ROBIN		17h30-18h		PLAINE	CITE UNIV				ESCALADE VOIE		KAABECHE
18h-18h30	HAND DEBUTANT		REY			VIGNAU	18h-18h30	CITE U	FOOT FEM	RUGBY GARS	RUGBY FILLES	LITRE	FOOT FEM	GUERTAU	PLAINE	STAPS
18h30-19h	MIXTE		KARATE Combat	MENANT	SPORT SUR	YOGA	18h30-19h	ATHLETISME	DELAVICTOIRE		MAX ROUSSIE	VOLLEY G et F	BARBAUD			SECOURISME
19h-19h30				SWING	ORDONNANCE GR1		19h-19h30	ENDURANCE	FOOT MASCULIN	DARRAS		NIV 2				STAPS
19h30-20h	RECHNER		ROULOIS	débutants	MASTER 2 APA	VIGNAU	19h30-20h	CITRON	NIVEAU 2		PARADINAS	GUIGO C ET R				SECOURISME
20h-20h30	HAND CONFIRME		AIKIDO	19H/20H15	MUSCU CARDIO		20h-20h30		DELAVICTOIRE		AUTEUIL					KAABECHE
20h30-21h	COMPET MIXTE			ROCK			20h30-21h				20H15/22H15					
21h-21h30			DOUE	débutants		LOC Danse écossaise	21h-21h30				RUGBY ALUMNI					
21h30-22h	RECHNER			20H15/21H30		LOC Danse écossaise	21h30-22h				PARADINAS					

Planning de base de l'offre de sport 2022-2023 (sous réserve de modifications)

MARDI

	Installations sportives SOPHIE GERMAIN							EXTERIEUR							
	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT									
8h-8h30							8h-8h30								
8h30-9h	BAD						8h30-9h								
9h-9h30							9h-9h30								
9h30-10h				BOXE ANGLAISE	REMISE EN FORME	RESPI RELAX							CLIMB UP		
10h-10h30		BARRIERE	ABDOS GASQUET	KAABECHE	DARRAS	JEANBLANC		10h-10h30	Montrouge				ESCALADE Voie		
10h30-11h	VOLLEY	POMMIER	SELF DEFENSE	MUSCU	TECH. DOUCES		10h30-11h	YOGA IYENGAR				S. GUEREAU			
11h-11h30		PILATES	KAABECHE	DARRAS	JEANBLANC		11h-11h30	I.DE ST JORRES		12H/12H50/13H45					
11h30-12h		POMMIER	KAABECHE	DARRAS	JEANBLANC		11h30-12h			CITE U					
12h-12h30	BARRIERE	12H45/14H	FITNESS	TOUS EN FORME			12h-12h30	YOGA IYENGAR		NATATION S.DARRAS		ALICE MILLAT	PPG Personnels	BAD	
12h30-13h	VOLLEY	CIR. CARDIO	BOXING	NUTRITION ET APS	EN FORME	RENF MUSC	12h30-13h	PERSONNELS	CARPENTIER	S.DARRAS		ESCALADE VOIE	ROOSLI	BICHAT	
13h-13h30		BARRIERE	TRAINING	KAABECHE	POMMIER	JEANBLANC	CAUSSADE	13h-13h30	NECKER	GOLF DARRAS	S.DARRAS	STAPS	GUEREAU	PPG	PARADINAS
13h30-14h		MATHIEU				ETIREMENTS	13h30-14h	FITNESS			MUSCULATION		ROOSLI		
14h-14h30	BAD	PILATES	KICK BOXING	REMISE EN FORME	QI GONG	CAUSSADE	14h-14h30	DAROT		PARIS LONGCHAMPS	RECHNER	CLIMB UP			
14h30-15h							CROSS	14h30-15h	NECKER		GOLF PARADINAS	STAPS	ESCALADE bloc		
15h-15h30	MATHIEU	POMMIER	KAABECHE	BRULE	JEANBLANC	TRAINING	15h-15h30	FITNESS		PARIS LONGCHAMPS	MUSCULATION	S. GUEREAU			
15h30-16h		14H-15H45	REMISE FORME VB	SELF DEFENSE	PPG		GUIGO	15h30-16h	DAROT		PARIS LONGCHAMPS	RECHNER			
16h-16h30	BAD	TT	PILATES			SALSA	16h-16h30	NECKER		GOLF PARADINAS	STAPS	CITE U			
16h30-17h	BRULE	MATHIEU	C.GUIGO			CAUSSADE	16h30-17h	FITNESS		GOLF PARADINAS	ATHLE ENDURANCE	FOOTBALL			
17h-17h30	17H15	17H30	KAABECHE	ROBIN			17h-17h30	DAROT			MEDECINE DU SPORT	POMMIER			
17h30-18h	HAND GARS	TAEKWONDO	FITNESS	MUSCU	DANSE		17h30-18h				RECHNER				
18h-18h30				BOXE		CONTEMP. BRULE	SBK	18h-18h30							
18h30-19h	MATHIEU	EMENO	VERLOT			CAUSSADE	18h30-19h								
19h-19h30				ROBIN			19h-19h30								
19h30-20h			Créneaux réservés à la Ville de Paris	MUSCU	Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris	19h30-20h								
20h-20h30	Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris				20h-20h30								
20h30-21h									20h30-21h						
21h-21h30							ROBIN			21h-21h30					
21h30-22h										21h30-22h					

Planning de base de l'offre de sport 2022-2023 (sous réserve de modifications)
MERCREDI

	Installations sportives SOPHIE GERMAIN							EXTERIEUR					
	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT							
8h-8h30							8h-8h30					8h-8h30	
8h30-9h	PERSO			MUSCU			8h30-9h					8h30-9h	
9h-9h30	TENNIS CONF				QI GONG		9h-9h30	CHAMPIGNY	NECKER			CITE U	9h-9h30
9h30-10h	BARRIERE			DAROT	JEANBLANC		9h30-10h	GOLF	CROSS TRAINING			MUSCULATION	9h30-10h
10h-10h30	BAD		KICK BOXING	MUSCU			10h-10h30	CITRON	PARADINAS	MONTROUGE		BARBAUD	10h-10h30
10h30-11h					RESPI RELAX	REMISE EN FORME	10h30-11h			YOGA IYENGAR		CITE U	10h30-11h
11h-11h30			BOXE ANGLAISE KAABECHE		JEANBLANC		11h-11h30		CROSS TRAINING	I.DE ST JORRES		MUSCULATION	11h-11h30
11h30-12h	BARRIERE		MENANT	DAROT		RECHNER	11h30-12h		PARADINAS			BARBAUD	11h30-12h
12h-12h30	BAD	TT	KICK BOXING	MUSCU	TECH DOUCES	DAROT	12h-12h30		GLACIERE			GYM MAX ROUSSIE	12h-12h30
12h30-13h						RENF MUSC	12h30-13h		VOLLEY			VOLLEY MASC ET FEM	12h30-13h
13h-13h30			SELF DEFENSE KAABECHE	RECHNER		DAROT	13h-13h30		GUIGO			DELAVICTOIRE	13h-13h30
13h30-14h	BARRIERE	MATHIEU	MENANT		JEANBLANC	RENF MUSC	13h30-14h						13h30-14h
14h-14h30				PPG ET MUSCU			14h-14h30	CITE U					14h-14h30
14h30-15h							14h30-15h	ATHLE ENDURANCE	NECKER				14h30-15h
15h-15h30							15h-15h30	ET CONCOURS	CARDIO TRAINING				15h-15h30
15h30-16h				MATHIEU			15h30-16h	RECHNER	DELAVICTOIRE				15h30-16h
16h-16h30				Circuit training			16h-16h30		NECKER				16h-16h30
16h30-17h				RENFO MUSC,			16h30-17h		STEP				16h30-17h
17h-17h30							17h-17h30		DELAVICTOIRE				17h-17h30
17h30-18h				MATHIEU	Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris	17h30-18h		MAX ROUSSIE			STAPS MUSCU	17h30-18h
18h-18h30	Créneaux réservés à la Ville de Paris		Créneaux réservés à la Ville de Paris				18h-18h30	LYCEE MONTAIGNE	ATHLE	NECKER		SPORT SUR	18h-18h30
18h30-19h							18h30-19h	CAPOERA	ENDURANCE	SALSA		ORDONNANCE GR2	18h30-19h
19h-19h30							19h-19h30	GUTIERREZ	MED DU SPORT	DELAVICTOIRE		MASTER 2 APA	19h-19h30
19h30-20h							19h30-20h		PARADINAS	NECKER		MUSCU CARDIO	19h30-20h
20h-20h30							20h-20h30			SALSA BACHATA			20h-20h30
20h30-21h							20h30-21h			DELAVICTOIRE			20h30-21h
21h-21h30							21h-21h30						21h-21h30
21h30-22h							21h30-22h						21h30-22h

Planning de base de l'offre de sport 2022-2023 (sous réserve de modifications)
JEUDI

	Installations sportives SOPHIE GERMAIN							EXTERIEUR			
	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISP					
8h-8h30							8h-8h30				8h-8h30
8h30-9h							8h30-9h				8h30-9h
9h-9h30	TT				RESPI RELAX	CARDIO FITNESS	9h-9h30				9h-9h30
9h30-10h						C.GUIGO	9h30-10h				9h30-10h
10h-10h30	DARRAS		BF	MUSCU	JEANBLANC		10h-10h30	CLIMB UP	PISCINE MASSENA		10h-10h30
10h30-11h	BAD	JU JITSU		RECHNER	TECHNIQUES DOUCES	PILATES	10h30-11h	ESCALADE bloc	NATATION	NECKER	10h30-11h
11h-11h30			A.MENANT	MUSCU		C.GUIGO	11h-11h30	S. GUERTAU		CROSS TRAINING	11h-11h30
11h30-12h		ROBIN			JEANBLANC		11h30-12h		BARRIERE	PARADINAS	11h30-12h
12h-12h30	DARRAS		Fitness Boxe	RECHNER	BARRE AU SOL		12h-12h30	ODONTO		NECKER	12h-12h30
12h30-13h	FUTSAL	JUDO		TOUS EN FORME	BRULE	RENF MUSC	12h30-13h	FIT BOXING		CROSS TRAINING	12h30-13h
13h-13h30			MENANT		GYM DOUCE		13h-13h30	KAABECHE		PARADINAS	13h-13h30
13h30-14h	DARRAS	ROBIN		JEANBLANC	BRULE	ETIREMENTS	13h30-14h	CLIMB UP			13h30-14h
14h-14h30	BAD		BF	CROSS TRAINING	GI GONG		14h-14h30	ESCALADE bloc			14h-14h30
14h30-15h					JEANBLANC		14h30-15h	S. GUERTAU		CITE U	14h30-15h
15h-15h30			A.MENANT	ROBIN			15h-15h30			NAT NON NAGEUR	15h-15h30
15h30-16h	BRULE			MUSCU			15h30-16h			CITRON	15h30-16h
16h-16h30	BB Mixte 1				ATELIER	SALSA	16h-16h30			NAT DEBUTANT	16h-16h30
16h30-17h					RECHERCHE		16h30-17h		MALAKOFF	CITRON	16h30-17h
17h-17h30		AIKIDO		ROBIN	CHOREGRAPHIQUE		17h-17h30	Fitness Remise en forme			17h-17h30
17h30-18h	DAROT		BOXE ANG		DANSE	JEANNE	17h30-18h	CLAEYS		CITE U	17h30-18h
18h-18h30	BB GARS 2	DOUE		MUSCU	CONTEMPORAINE	SBK	18h-18h30	18H15-19H15		ATHLE ENDURANCE	18h-18h30
18h30-19h		KARATE	BRASSAC		BRULE	JEANNE	18h30-19h	YOGA Personnels		CITRON	18h30-19h
19h-19h30				NIANG	YOGA		19h-19h30	CLAEYS			19h-19h30
19h30-20h	DAROT	ROULOIS		MUSCU			19h30-20h			Piscine Saint Germain	19h30-20h
20h-20h30					VILLIERS	ROCK DEBUTANTS	20h-20h30	BAGNOLET		NATATION	20h-20h30
20h30-21h	LOC			NIANG		DRODASKY	20h30-21h	PLONGEE		BDS Places	20h30-21h
21h-21h30	Banque					DRODRALSKY	21h-21h30	PIGNAL / JEANBLANC			21h-21h30
21h30-22h						ROCK SWING DEBUTANTS	21h30-22h				21h30-22h

Planning de base de l'offre de sport 2022-2023 (sous réserve de modifications)
VENDREDI

Installations sportives SOPHIE GERMAIN							EXTERIEUR				
	GYMNASE	DOJO	BOXE	MUSCU	DANSE	OMNISPORT					
8h-8h30							8h-8h30				8h-8h30
8h30-9h							8h30-9h				8h30-9h
9h-9h30							9h-9h30	CHAMPIGNY			9h-9h30
9h30-10h	FUTSAL			MUSCU			9h30-10h	GOLF			9h30-10h
10h-10h30	GARS						10h-10h30	CITRON	NECKER		10h-10h30
10h30-11h	BARBAUD			MENANT	FITNESS	STEP	10h30-11h		YOGA IYENGAR		10h30-11h
11h-11h30				CROSS TRAINING	DAROT		11h-11h30		I. DE ST JORRES		11h-11h30
11h30-12h				C.GUIGO	CAPOERA	JEANNE	11h30-12h				11h30-12h
12h-12h30	BB COMPET	KRAV MAGA	BF		GUTIERREZ	RENF MUSC	12h-12h30		GYM JEAN LECLAIRE	DUNOIS	12h-12h30
12h30-13h	MASCULIN	DE FURSAC		CROSS TRAINING			12h30-13h	NECKER	BASKET FEM	FUTSAL	12h30-13h
13h-13h30		MMA		C.GUIGO		ETIREMENTS	13h-13h30	FITNESS	BDS DELAVICTOIRE	COLA	13h-13h30
13h30-14h	DAROT	DE FURSAC	A.MENANT				13h30-14h	BARBAUD			13h30-14h
14h-14h30	BADMINTON	YOGA	BF	MUSCU		ZUMBA	14h-14h30				14h-14h30
14h30-15h						C.GUIGO	14h30-15h	NECKER			14h30-15h
15h-15h30		VILLIERS	A.MENANT	DAROT	PILATES	HIP HOP	15h-15h30	STEP			15h-15h30
15h30-16h	CITRON	YOGA			C.GUIGO		15h30-16h	DELAVICTOIRE			15h30-16h
16h-16h30	BADMINTON		BOXE ANGLAISE			CEBIL	16h-16h30	NECKER			16h-16h30
16h30-17h		VILLIERS		MUSCU BDS	SPORT SUR		16h30-17h	CARDIO FITNESS	GYM FRAGONARD		16h30-17h
17h-17h30	CITRON	TAEK	VERLOT		ORDONNANCE GR1		17h-17h30	DELAVICTOIRE	HAND FEM ET MASC		17h-17h30
17h30-18h	BADMINTON		FITNESS BOXE	NIANG	MASTER 2 APA		17h30-18h		SL Pauline JOSE		17h30-18h
18h-18h30		EMENO		MUSCU			18h-18h30			SPORT SUR	18h-18h30
18h30-19h	CITRON		VERLOT	NIANG			18h30-19h			ORDONNANCE GR2	18h30-19h
19h-19h30							19h-19h30		Piscine Saint Germain	MASTER 2 APA	19h-19h30
19h30-20h	Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris		Créneaux réservés à la Ville de Paris	Créneaux réservés à la Ville de Paris	19h30-20h		NATATION	STAPS DOJO	19h30-20h
20h-20h30							20h-20h30	Rey			20h-20h30
20h30-21h							20h30-21h				20h30-21h
21h-21h30							21h-21h30				21h-21h30
21h30-22h							21h30-22h				21h30-22h

Planning de base de l'offre de sport 2022-2023 (sous réserve de modifications)

SAMEDI

DIMANCHE

Extérieur		Installations sportives Sophie Germain	
8h-8h30			8h-8h30
8h30-9h			8h30-9h
9h-9h30	PISCINE BAGNOLET	STAPS	9h-9h30
9h30-10h	PLONGEE NIV 1	MUSCULATION	9h30-10h
10h-10h30	JEANBLANC/PIGNAL	ALOISI	10h-10h30
10h30-11h	PISCINE BAGNOLET	STAPS	10h30-11h
11h-11h30	PLONGEE NIV 2	MUSCULATION	11h-11h30
11h30-12h	JEANBLANC/PIGNAL	ALOISI	11h30-12h
12h-12h30			12h-12h30
12h30-13h			12h30-13h
13h-13h30			13h-13h30
13h30-14h			13h30-14h
14h-14h30			14h-14h30
14h30-15h			14h30-15h
15h-15h30			15h-15h30
15h30-16h			15h30-16h
16h-16h30			16h-16h30
16h30-17h			16h30-17h
17h-17h30			17h-17h30
17h30-18h			17h30-18h
18h-18h30			18h-18h30
18h30-19h			18h30-19h
19h-19h30			19h-19h30
19h30-20h			19h30-20h
20h-20h30			20h-20h30
20h30-21h			20h30-21h
21h-21h30			21h-21h30
21h30-22h			21h30-22h

Créneaux réservés à la Ville de PARIS