

# Bouvent 10 h > 11 h

loisirs

Rendez-vous sur l'allée Louis Robin  
5 minutes avant la séance

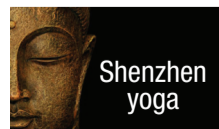
Renseignements : 04 74 42 46 10

Apporter son tapis ou sa serviette,  
du gel hydroalcoolique et un masque.

Pour la pratique des activités : tenue de sport  
(pantalon ample ou legging), baskets, veste,  
bouteille d'eau.

## Animations gratuites

Samedi 27 juin	<b>Danse</b> (cardio)	Onda Latina
Dimanche 28 juin	<b>Yoga</b> (gym douce)	Yoga et Bien-être
Samedi 4 juillet	<b>Zumba</b> (gym cardio)	M'Danse
Dimanche 5 juillet	<b>Yoga</b> (gym douce)	Yoga et Bien-être
Samedi 11 juillet	<b>Fitness</b> (gym cardio)	Bourk'Gym
Dimanche 12 juillet	<b>Yoga</b> (gym douce)	Shenzhen Yoga
Samedi 18 juillet	<b>Fitness</b> (gym cardio)	Bourk'Gym
Dimanche 19 juillet	<b>Yoga</b> (gym douce)	Shenzhen Yoga
Samedi 25 juillet	<b>Zumba</b> (gym cardio)	Globe Dance
Dimanche 26 juillet	<b>Qi gong</b> (gym douce)	Tao et Bien-être
Samedi 1 <sup>er</sup> août	<b>Gymnastique japonaise</b>	Arts martiaux de Viriat
Dimanche 2 août	<b>Qi gong</b> (gym douce)	Tao et Bien-être
Samedi 8 août	<b>Danse</b> (gym cardio)	Onda Latina
Dimanche 9 août	<b>Qi gong</b> (gym douce)	Tao et Bien-être
<b>Samedi 15 août</b>	<b>Pas de séance</b>	
<b>Dimanche 16 août</b>	<b>Pas de séance</b>	
Samedi 22 août	<b>Crossfit</b> (gym cardio)	Crossfit de Bourg
Dimanche 23 août	<b>Yoga</b> (gym douce)	Shenzhen Yoga
Samedi 29 août	<b>Danse</b> (gym cardio)	Onda Latina
Dimanche 30 août	<b>Yoga</b> (gym douce)	Yoga et Bien-être



[www.bourgenbresse.fr](http://www.bourgenbresse.fr)