

Planning ASN67 2023/2024 CYCLE 2 du 6/11/2023 au 23/12/2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h – 10h15 Balade Nordique Bien-être + Top-Forme Orangerie	8h45 – 10H Bien-être Lingolsheim	9h – 10h15 Bien-être Orangerie	8h45 – 10h15 Bien-être + Top-Forme Lingolsheim	9h – 10h Cardio Bien-être + Top-Forme Orangerie	9h – 10h45 ** Balade Nordique Top-Forme Oberhausbergen
	10h – 11h30 Top-Forme Lingolsheim	9h30 – 11h Top-Forme Orangerie		10h - 11h Cardio Bien-être + Top-Forme Orangerie	
10H15 - 11h30 Bien-être Orangerie		11h – 11h45 Initiation Orangerie			11h – 11h45 Initiation Oberhausbergen
		11h – 12h Santé Orangerie		11h - 12h Santé Orangerie	
		14h – 16h Balade Nordique Itinérante*		14h–15h30 Balade Nordique POUR TOUS Jardin des Deux Rives	
	18h30 – 19h30 Cardio TOP FORME Oberhausbergen		18h30 – 19h30 Cardio TOP FORME Orangerie Pavillon Joséphine		
Nos lieux de rendez-vous pour nos séances hebdomadaires :	<u>Orangerie :</u> dans l'allée centrale devant le manège à voitures	<u>Orangerie Pavillon Joséphine :</u> devant le pavillon côté jardins	<u>Lingolsheim :</u> parking étang Zimmer, route de Graffenstaden	<u>Jardin des Deux Rives :</u> Parking Rue des Cavaliers	<u>Oberhausbergen :</u> parking en haut de la rue de la Colline
*Nos lieux de rendez-vous pour nos Balades Nordiques Itinérantes du mercredi à 14h	<u>8 novembre : La Robertsau</u> rdv : parking Bussièrre à la jonction de rue Kempf et du chemin du Grand Belzwoerth	<u>15 novembre : Offendorf</u> Réserve naturelle de la forêt d'offendorf rdv : parking base nautique, rue du Port Offendorf	<u>22 novembre : Durbach</u> Durbach - Urbansberg - Schloss Staufenberg rdv : parking à côté du tennis club Schwarzwald Geniesserpfad Durbach	<u>29 novembre : Reichstett</u> Plan d'eau de Reichstett rdv : parking du plan d'eau	
	<u>6 décembre : Rosheim</u> et le Bischenberg rdv : devant l'office de tourisme de Rosheim	<u>13 décembre : Bischwiller</u> chez notre coach Sephora Sentier des poètes rdv : parking du Lavoir, rue du moulin	<u>20 décembre :</u> <u>Marché de Noël Strasbourg</u> rdv : devant le camping de Strasbourg pour finir l'année au marché de Noël		
** Exception du 9/12/2023 Balade Nordique Top-Forme Oberhausbergen	Rdv à 8h30 pour la balade longue (3h - 3h30) Rdv à 9h pour la balade "normale" (1h45)				