

**PLANNING CYCLE 1 ASN67 2021-2022**

| LUNDI                                     | MARDI                               | MERCREDI                                   | JEUDI                                 | VENDREDI   | SAMEDI                                |
|---|-------------------------------------|--|---------------------------------------|--|---------------------------------------|
| Séance Top-Forme Orangerie<br>8h45-10h15  | Séance Bien-Être Lingo<br>8H45-10H  | Séance Bien-Être Orangerie<br>8H45-10H     | Séance Top-Forme Lingo<br>8H45-10H15  | Séance Top-Forme Ober<br>9H-10H30                      | Balade Nordique TF Ober<br>9H00 10H30 |
| Séance Bien-Être Orangerie<br>10h15-11h30 | Séance Top-Forme Lingo<br>10H-11h30 | Séance Top-Forme Orangerie<br>9H30-11H     | Séance Bien-Être Lingo<br>10H15-11H30 | Séance Santé Citadelle<br>11H-12H                      |                                       |
|   |                                     | Balade Top-Forme itinérante<br>14H00 16H00 |                                       | Séance Top-Forme<br>Jardin des Deux Rives<br>14H-15H30 |                                       |
| Balade Nordique Pourtales<br>18H30 20H    |                                     | Séance Bien-Être Orangerie<br>17H-18H15    | Séance Cardio<br>Orangerie<br>18H-19H |  |                                       |

**Balade nordique du mercredi après midi** : le 8 septembre colline d'Ober, le 15 septembre : Pourtales, le 22 septembre : Parking Jardin des deux rives, le 29 septembre : Neuhof Oberjaegerhoff, le 06 Octobre : Achenheim, parking piste cyclable, le 13 Octobre : Mundolsheim, le 20 Octobre : Ober