

EN MOUV'NYON

ABO MULTISPORT

BOXE FITNESS AQUAGYM PILATES
REMISE EN FORME ZUMBA CROSS TRAINING
DANSE LATINE DANSE RECONNECT TENNIS YOGA
BAIN EN EAU FROIDE BADMINTON

PROGRAMME



PILATES

Salle de rythmique du Cossy

- Lundi
- 7h - 7h45



AQUAGYM

Piscine du Cossy

- Lundi
- 12h30 - 13h15



TENNIS

Tennis Club de Nyon

- Mardi
- 15h15 - 16h15



CROSS-TRAINING

Centre sportif du Cossy

- Mardi
- 19h - 20h



ZUMBA

Salle de gym du Rocher

- Mercredi
- 12h15 - 13h15



AQUAGYM

Piscine du Cossy

- Mercredi
- 19h - 19h45



DANSE LATINE

Salle de gym du Centre-Ville

- Mercredi
- 19h - 20h



BOXE FITNESS

Salle de boxe des Tattes d'Oie

- Jeudi
- 12h15 - 13h15



BAIN EN EAU FROIDE ET RESPIRATION

Plage des Trois-Jetées

- Jeudi
- 18h30 - 19h30



BADMINTON

Salle de gym du Rocher

- Vendredi
- 12h15 - 13h15



DANSE RECONNECT

Salle de gym de Marens

- Samedi
- 10h - 11h



YOGA

Salle de gym de Marens

- Dimanche
- 10h - 11h



REMISE EN FORME

Salle de gym de Marens

- Dimanche
- 11h - 12h