

PLANNING DES ACTIVITÉS SPORTIVES

LUNDI

STEP

18H15 - 19H15

CIRCUIT
TRAINING

19H15 - 20H15

FOYER DE
CUXAC-CABARDÈS

MARDI

RENFORCEMENT
MUSCULAIRE/CARDIO

18H15 - 19H15

FOYER DE
CUXAC-CABARDÈS

MERCREDI

GYM DOUCE
/STRETCHING

10H00 - 11H00

FOYER DE
VILLARDONNEL

MERCREDI

ENFANTS 6-10 ANS :
MOTRICITÉ,
AGILITÉ, JEUX

14H30 - 15H30

SALLE DES MONTAGNOLS -
CUXAC-CABARDÈS

MERCREDI

RENFORCEMENT
MUSCULAIRE/CARDIO

18H30 - 19H30

SALLE INTERCOMMUNALE -
LES ILHES-CABARDÈS

JEUDI

PILATE

18H30 - 19H30

FOYER DE
CUXAC-CABARDÈS



SÉANCES DE SPORT
GRATUITES

par les coachs sportifs de la
piscine intercommunale