

## Planning Animations sportives Léo



	8h-9h	9h-10h	10h-11h	11h-12h	Après-midi	
<b>Lundi</b>	Vtt (Sortie en Forêt) 8h-9h	Renforcement CAF (Cuisses, abdos, fessiers) 9h15-10h	Gym aquatique 10h15-11h	Pilate 11h15-12h	<i>Tir à l'arc</i> 16h-18h	
<b>Mardi</b> (8h30)	Fractionné (minceur) 8h30-9h	Fitness 9h15-10h	Tournois de foot Mini coupe du monde 10h30-12h		<i>Tournois de Tennis de Table</i> (inscription 15h30) 16h-18h	
<b>Mercredi</b> (8h30)	Hit cardio (8h30-9h15)	Détente aquatique (9h30-10h15)	Circuits abdos 11h-11h30		Tournois pétanque 16h-19h	
<b>Jeudi</b>	Footing 8h-9h	Fitness 9h15-10h	Sortie vélo familial 10h30-12h (venir à 10h15, prêt de vélo possible)		<i>Tournois multisport</i> (basket, volley, hand...) 16h-18h	
<b>Vendredi</b> (8h30)	Hit cardio (8h30-9h15)	Renforcement CAF 9h30-10h15	Stretching 10h30-11h	Gym aquatique 11h15-12h	<b>Parcours piscine</b> 12h-12h30	Jeux aquatique 16h-18h

Camping Caravaning ★★★★★

**Domaine**  
des Chênes Verts