

CGC - Saison 2017/2018 Salle Marcel Arnaud - Cherbourg-en-Cotentin		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		
GAM	GROUPE Performance 1 (GP1)	18h30 - 20h15	C	18h30 - 20h30	C	18h30 - 20h30	C	18h30 - 20h30	C	18h30 - 21h00	C	14h00 - 16h30	C	
	GROUPE Performance 2 (GP2)			17h00 - 18h30	D	16h30 - 18h15	C+D							
	GROUPE Loisir GAM (2008 et avant) effectif maxi 15					13h30 - 15h00	B					11h00 - 12h30	D+B	
ECOLE de GYM MIXTE tous les 2011 et 2010 + 2009 GAM	Ecole de Gym GAM/GAF/GR  3 séances durée 1h au choix à définir à l'inscription (modification possible au cours de la saison)					13h45 - 14h45	C+N	17h30 - 18h30 Equeurdreville (PJJ)	N	17h30 - 18h30	C	10h00 - 11h00	C+D	
						effectif maxi 35		effectif maxi 15		effectif maxi 35		11h00 - 12h00	C+B	
												effectif maxi 35		
ACRO-PARKOUR Mixte	ACRO-PARKOUR-GYM 1 (2003 et avant) effectif maxi 25					14h45 - 16h30	C	PERF 18h30-20h00 voir Clément						
	ACRO-PARKOUR-GYM 2 (2007 à 2004) (1 séance au choix) adaptation âge possible	17h00 - 18h30	D							17h00 - 18h30	B			
	ACRO-PARKOUR-GYM 3 (2008 à 2011) effectif maxi 25			17h00 - 18h30	C									
PERF MIXTE	GROUPE MIXTE GAM / GAF					15h00 - 16h30	B+D	17h00 - 18h30	B+D			9h30 - 11h00	B	
GAF	GROUPE Performance 1 (GP1)	18h30 - 20h30	B	18h30 - 20h30	B	18h30 - 20h30	B	18h30 - 20h30	B	18h30 - 21h00	B	14h00 - 17h00	B	
	GROUPE Performance 2 (GP2)	17h00 - 19h00	B	17h00 - 19h00	B	16h30 - 18h30	B	18h30 - 20h30	B			14h00 - 17h00	B	
	GROUPE Performance 3 (GP3)			18h15 - 20h00	S	16h30 - 18h00	S	18h30 - 20h30	S	18h30 - 20h30	S			
	GROUPE Performance 4 (GP4)					15h00-16h30	S					9h30 - 11h00	S	
	GROUPE Performance 5 (GP5)			17h00 - 18h30	S							15h30 - 17h00	S	
	GROUPE Loisir F1 (2004 et avant)	18h30 - 20h00	S			18h30-20h00	S							
		effectif maxi 30				effectif maxi 30								
	GROUPE Loisir F2 (2005-2006)	17h30 - 19h00	S					17h30 - 19h00	S					
	effectif maxi 25							effectif maxi 25						
GROUPE Loisir F3 (2007-2008-2009)												11h00 - 12h30	S+B	
												effectif maxi 20		
	2 séances durée 1h30 au choix à définir à l'inscription (modification possible au cours de la saison)					13h30 - 15h00	S+D			17h00 - 18h30	S+D	14h00 - 15h30	S	
						effectif maxi 30				effectif maxi 30		effectif maxi 20		
GR	GP1 GR	18h30 - 20h30	N	18h30 - 20h00	N	18h15 - 20h00	N			19h00 - 21h00	N	15h15 - 17h00	N	
	GP2 GR					16h15 - 18h00	N			18h00 - 19h30	N	15h15 - 17h00	N	
	GP3 GR	17h00 - 18h30	N			14h45 - 16h15	N			17h00 - 18h30	N			
	GROUPE Loisir GR (2009 et avant) effectif maxi 20			17h30 - 19h00	N							14h00 - 15h30	N	
PETITE ENFANCE	MINI BABY-GYM (15-24 MOIS)											9h00 - 10h00	Elo + S	
												effectif maxi 15		
	BABY-GYM (2-3 ans) 2014 et 2015					17h30 - 18h30		à confirmer à partir du 5/07 16h15 - 17h15 Equeurdreville (Etage JJ) effectif maxi 15	N			9h00 - 10h00	N	
						effectif maxi 35						10h00 - 11h00	Elo + N	
											17h30 - 18h30	à conf 5/07	11h00 - 12h00	Elo + S
											effectif maxi 30		effectif maxi 35	
EVEIL GYMNIQUE (4-5ans) 2012 et 2013						15h30 - 16h30								
						effectif maxi 30								
						16h30 - 17h30								
						effectif maxi 30								
GYM D'ENTRETIEN	9h00 - 10h00 PILATES	SH				10h00 - 11h00	N	10h00 - 11h00	N					
	10h00 - 11h00	N								10h00 - 11h00 Public Senior	S	11h00 - 12h00	N	
			20h00 - 21h00	N	20h30 - 21h30 PILATES	SH								
GYM ADULTE : Musculation et Gym sur Agrès	20h15 - 22h00	C												
Convention "Gym Adaptée" ACAIS (IME Jean Itard)	10h00 - 11h00	D + SH	10h00 - 11h00	N + B	9h00 - 10h00	D + B				10h00 - 11h00	D + N			
					10h00 - 11h00	D + B								
Convention CMCAS			11h00 - 13h00	SH			11h00 - 13h00	SH						