
















Notre association vous propose, à partir du **Lundi 11 Septembre 2023**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p>GYM TONIC Pablo Picasso</p> 	<p><u>De 9h à 10h</u></p> <p>GYM PLEIN AIR Vallée de l'Orge</p> 	<p><u>De 11h à 12h</u></p> <p>FIT BALL Fontaine de l'Orme</p> 	<p><u>De 11h à 12h</u></p> <p>GYM ACTIVE SENIOR PINSON</p> 		<p><u>De 10h à 11h</u></p> <p>BUNGY PUMP 2 fois par mois (Selon calendrier) Vallée de l'Orge</p>	<p><u>De 8h30 à 12h30</u></p> <p>MARCHE NORDIQUE 2 fois par mois (Selon calendrier) Divers lieux de pratique dans le département, RdV parking Gambrinus</p>
	<p><u>De 11h30 à 12h30</u></p> <p>PILATES Gymnase PINSON</p> 	<p><u>De 18h à 19h</u></p> <p>GYM TONIC Salle Bleue COSEC</p>	<p><u>De 18h à 19h</u></p> <p>PILATES Salle Bleue COSEC</p>	<p><u>De 10h à 12h</u></p> <p>MARCHE NORDIQUE Divers lieux de pratique dans la vallée de l'Orge, RdV sur le parvis entre la piscine et le COSEC</p>	<p><u>De 11h à 12h</u></p> <p>FIT BALL Salle Bleue COSEC</p> 	
	<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p>FIT BALL Fontaine de l'Orme</p>	<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p>GYM TONIC Salle Bleue COSEC</p>				
<p><u>De 20h05 à 21h05</u></p> <p>PILATES Pablo Picasso</p> 		<p><u>De 12h à 13h</u> <u>et 20h à 21h</u></p> <p>STRETCHING Fontaine de l'Orme</p> 	<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p>BODYZEN Grande Salle Pôle Mares Yvon</p> 		<p><u>De 14h à 18h</u></p> <p>DO-IN 1 fois par mois (Selon calendrier) <u>De 10h à 12h</u></p> <p>SOPHROLOGIE Salle Seniors</p>	

Les activités fonctionnent suivant le calendrier scolaire, sous réserve d'un minimum de 15 inscrits par séance.



SAISON 2023/2024

Contact : Bien Bouger Mieux Vivre – BBMV

Adresse postale : 16 rue de l'Eglise – 91240 Saint-Michel sur Orge

Mail : bbmv91@gmail.com

Site Internet : www.bbm91.fr

