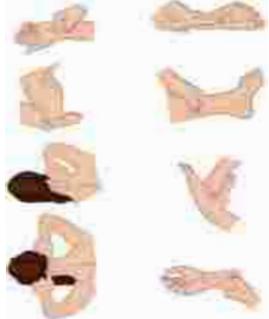


# Notre association vous propose, à partir du Lundi 11 Septembre 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p><b>GYM TONIC</b> Pablo Picasso</p> 	<p><u>De 9h à 10h</u></p> <p><b>GYM PLEIN AIR</b> Vallée de l'Orge</p> 	<p><u>De 11h à 12h</u></p> <p><b>FIT BALL</b> Fontaine de l'Orme</p> 	<p><u>De 11h à 12h</u></p> <p><b>GYM ACTIVE SENIOR</b> PINSON</p> 		<p><u>De 10h à 11h</u></p> <p><b>BUNGY PUMP</b> 2 fois par mois (Selon calendrier)  Vallée de l'Orge</p>	<p><u>De 8h30 à 12h30</u></p> <p><b>MARCHE NORDIQUE</b> 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><b>PILATES</b> Gymnase PINSON</p> 	<p><u>De 18h à 19h</u></p> <p><b>GYM TONIC</b> Salle Bleue COSEC</p>	<p><u>De 18h à 19h</u></p> <p><b>PILATES</b> Salle Bleue COSEC</p>	<p><u>De 10h à 12h</u></p> <p><b>MARCHE NORDIQUE</b>  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><b>FIT BALL</b> Salle Bleue COSEC</p> 	
	<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p><b>FIT BALL</b> Fontaine de l'Orme</p>	<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p><b>GYM TONIC</b> Salle Bleue COSEC</p>				
<p><u>De 20h05 à 21h05</u></p> <p><b>PILATES</b> Pablo Picasso</p> 		<p><u>De 12h à 13h</u> <u>et 20h à 21h</u></p> <p><b>STRETCHING</b> Fontaine de l'Orme</p> 	<p><u>De 19h à 20h</u></p> <p><b>BODYZEN</b> Grande Salle Pôle Mares Yvon</p> 		<p><u>De 14h à 18h</u></p> <p><b>DO-IN</b> 1 fois par mois (Selon calendrier)  <u>De 10h à 12h</u></p> <p><b>SOPHROLOGIE</b>  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](mailto:bbmv91@gmail.com)**

**Site Internet : [www.bbm91.fr](http://www.bbm91.fr)**

