

## *Cours en ligne / Marche consciente*

### *Mars 2023*

*La marche consciente a lieu au Parc de la Tête d'Or.*

*Et commence à 14h.*

*Rendez-vous devant l'entrée principale.*

<i>LUNDI</i>	<i>MARDI</i>	<i>MERCREDI</i>	<i>JEUDI</i>	<i> VENDREDI</i>
<i>9h00 à 9h50 Gym trad.</i>	<i>9h00 à 9h45 De Gasquet</i>		<i>9h00 à 9h45 Abdo-fessiers</i>	
<i>10h00 à 10h45 Stretching</i>	<i>9h50 à 10h35 Abdo-fessiers</i>		<i>9h50 à 10h35 Gym trad.</i>	
	<i>14h00 à 15h00  Marche consciente sur réservation.  14 et 28/03</i>			
<i>17h45 à 18h30 Gym trad.</i>	<i>17h45 à 18h30 Abdo-fessiers</i>	<i>17h45 à 18h30 Abdo-fessiers</i>		
<i>18h45 à 19h30 De Gasquet</i>	<i>18h45 à 19h30 Gym trad.</i>	<i>18h45 à 19h30 Stretching</i>		

*Horaires réduits pendant les vacances scolaires de Lyon (Toussaint, Février et Pâques)*

*Pas de cours pendant les vacances de Noël/Nouvel An et l'été.*