

2025 / 2026

PLANNING DES ENTRAÎNEMENTS

DÉCOUVERTE

PETITE ENFANCE

BABY	1	MER	10 h 30 / 11 h 15	COSEC Mably
BABY	2	SAM	09 h 00 / 09 h 45	COSEC Mably
EVEIL	1	JEU	17 h 30 / 18 h 30	COSEC Mably
EVEIL	2	SAM	10 h 00 / 11 h 00	COSEC Mably
EVEIL	3	SAM	11 h 00 / 12 h 00	COSEC Mably

ÉVOLU'GYM

ÉCOLE GYM

ÉCOLE	1	LUN	17 h 30 / 19 h 00	COSEC Mably
ÉCOLE	2	LUN	17 h 30 / 19 h 00	COSEC Mably
ÉCOLE	3	MER	14 h 00 / 15 h 30	COSEC Mably
ÉCOLE	4	MER	14 h 00 / 15 h 30	COSEC Mably
ÉCOLE	5	MER	14 h 00 / 15 h 30	FQT Roanne
ÉCOLE	6	MER	14 h 00 / 15 h 30	FQT Roanne
ÉCOLE	7	MER	15 h 45 / 17 h 15	COSEC Mably
ÉCOLE	8	MER	17 h 30 / 19 h 00	COSEC Mably
ÉCOLE	9	MER	17 h 30 / 19 h 00	COSEC Mably
ÉCOLE	10	JEU	17 h 30 / 19 h 00	COSEC Mably
ÉCOLE	11	MER	14 h 00 / 15 h 30	FQT Roanne

ÉVOLU'GYM

GYM JEUNE

JEUNE	1	LUN	18 h 00 / 19 h 30	FQT Roanne
JEUNE	2	MER	15 h 45 / 17 h 15	COSEC Mably
JEUNE	3	MER	17 h 30 / 19 h 00	FQT Roanne
JEUNE	4	MER	19 h 00 / 20 h 30	FQT Roanne
JEUNE	5	JEU	19 h 00 / 20 h 30	COSEC Mably
JEUNE	6	VEN	19 h 00 / 20 h 30	COSEC Mably

ÉVOLU'GYM

GYM JEUNE / ADO

JEUNE / ADO	1	MER	19 h 00 / 20 h 30	COSEC Mably
JEUNE / ADO	2	MER	19 h 00 / 20 h 30	COSEC Mably

ÉVOLU'GYM

GYM ADO-/ ADULTE

ADO-/ ADULTE.		LUN	19 h 30 / 21 h 00	FQT Roanne
---------------	--	-----	-------------------	------------

ÉVOLU'GYM

AERO ANIM.

AERO ANIMATION		JEU	17 h 30 / 19 h 00	COSEC Mably
----------------	--	-----	-------------------	-------------

COMPÉTITION

ECOLE LOIRE						
ECOLE LOIRE		MAR	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably

COMPÉTITION

JEUNE LOIRE							
JEUNE LOIRE	1		LUN	18 h 00	/	19 h 30	COSEC Mably
JEUNE LOIRE	2		VEN	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably

COMPÉTITION

JEUNE / ADO LOIRE				
JEUNE/ADO LOIRE		MAR	19 h 00 / 20 h 30	COSEC Mably

COMPÉTITION

GYM FÉDÉRAL								
GYM FÉDÉRAL	1	et	LUN	19 h 00	/	20 h 30	COSEC Mably	
			MER	19 h 00	/	20 h 30	FQT Roanne	
GYM FÉDÉRAL	2	et	MER	15 h 30	/	17 h 00	FQT Roanne	
			VEN	19h 00	/	20 h 30	COSEC Mably	
GYM FÉDÉRAL	3	et	MAR	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably	
			VEN	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably	
GYM FÉDÉRAL	4	et	LUN	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably	
			MER	15 h 30	/	17 h 00	FQT Roanne	
GYM FÊDÉRAL	5	et	MAR	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably	
			VEN	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably	

COMPÉTITION

GYM PERFORMANCE								
GYM PERF.	1	et	MAR	18 h 30	/	20 h 30	COSEC Mably	
			MER	17 h 00	/	19 h 00	FQT Roanne	
			VEN	19 h 00	/	20 h 30	COSEC Mably	
GYM PERF.	2	et	LUN	17 h 30	/	19 h 00	COSEC Mably	
			MER	15 h 30	/	17 h 00	FQT Roanne	
			VEN	19 h 00	/	20 h 30	COSEC Mably	

COMPÉTITION

AÉRO COMPÉTITION						
AÉRO COMPÉTITION	et	MAR	18 h 30	/	20 h 30	COSEC Mably
		JEU	18 h 30	/	20 h 00	COSEC Mably

BEL ÂGE

BEL- ÂGE							
BIEN-ÊTRE & PILATES	et / ou	LUN	09 h 15	/	10 h 15	BELG. Roanne	?
		LUN	19 h 45	/	20 h 45	COSEC Mably	
		MAR	09 h 15	/	10 h 15	BELG. Roanne	
		JEU	20 h 00	/	21 h 00	COSEC Mably	
GYM SANTÉ		VEN	09 h 15	/	10 h 15	BELG. Roanne	