

ACTIVITES	Lieux de pratique	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Aïkido	Dojo		18h30 - 20h30 (adultes)		18h - 20h (adultes)	17h30 - 19h (enfants)		
Aquagym	Piscine des Gibjones Bourges	13h - 13h45						
Badminton	Gymnase	17h15 - 20h30		17h15 - 20h30				
Basket loisir	Gymnase		19h - 22h30					
Basket Entraînement	Gymnase				17h30 - 20h00			
Boxe anglaise	Gymnase		18h30 - 20h (15 ans/adultes)		18h30 - 20h (15 ans/adultes)	18h30 - 20h (15 ans/adultes)	10h - 12h (8 à 14 ans)	
Cornemuse	Salle Lerclerc			18h - 20h				
	Amphithéâtre			18h - 20h				
Couture	Musée du train		12h - 13h / 18h - 20h		12h - 13h			
Cyclotourisme	Lieux extérieurs							9h - 12h
Escalade	Gymnase				17h30 - 20h			
Escrime	Salle d'armes			17h15 - 20h30				
Futsal	Gymnase	20h - 22h30		11h30 - 12h30	20h - 22h30 (jour de match)			
Golf	Golf municipal de Bourges					17h30 - 19h		
Gym entretien	Dojo		11h15-12h15			11h30 - 12h30		
Gym pour tous	Salle d'armes	17h45 - 18h45			17h45 - 18h45			
Kick boxing	Dojo	19h30 - 21h30			19h30 - 21h30			
Musculation	Musculation/cardio	11h30 - 13h / 18h30 - 21h	11h30 - 13h / 17h15 - 20h	11h30 - 13h	11h30 - 13h / 17h15 - 20h			
Natation	Piscine des pré- fichaux Bourges			14h - 14h45 (ado/adultes)				
	Piscine des pré- fichaux Bourges			15h - 15h45 (enfants)				
Pilates	Dojo			18h00 - 18h45	11h40 - 12h25 (débutant)			
	Salle d'armes		17h20 - 18h05 (rose/sénior)		18h30 - 19h35 (débutant intermédiaire)			
	Dojo				12h30 - 13h15 (intermédiaire)			
	Salle d'armes		18h05 - 18h50 (avancé)					
Plongée	Salle de plongée				18h à 20h (entretien)		9h - 12h (entretien)	
	Salle Lerclerc			18h - 20h (théorie)				
	Piscine des pré- fichaux Bourges				20h - 21h			
	Lieux extérieurs						Entraînement/sortie	
Randonnée	Lieux extérieurs					Entraînement		
Relaxation	Dojo	18h00 - 19h30						
Rugby 5 touch	Lieux extérieurs		17h30 - 19h					
Rugby 15	Lieux extérieurs	19h - 20h45						
Running passion	Piste d'athlétisme		17h30 - 19h		17h30 - 19h			
Taekwondo	Dojo			18h50 - 21h				
	Salle d'armes				19h40 - 21h			
	Gymnase						14h - 18h (1fois/mois)	
Tennis de table	Gymnase			17h30 -20h00				
Tir	Stand de tir	17h15 - 19h	17h15 - 19h	17h15 - 19h	17h15 - 19h	17h15 - 19h	9h-12h et 14h-17h	9h - 12h
Triathlon	Lieux extérieurs						Entraînement	