



**Planning des activités  
Saison 2025/2026**

*Pour la participation aux activités, l'adhésion et le paiement de la cotisation à l'ASDEC sont obligatoires*

 <b>Gym / Fitness ADULTES</b>	Lundi	F. MONCHAUX	Gymnase LAMARTINE	19h à 20h
	Mardi	E. TARASKI	Gymnase Jean DAVESNE	19h30 à 20h30
	Mercredi	E. TARASKI	Gymnase Jean DAVESNE	20h à 21h
	Vendredi	S. ROUCHETTE	Gymnase Jean DAVESNE	18h à 19h
	Samedi	S. ROUCHETTE	Salle des sports CROUY	9h à 10h
 <b>JUNIORS</b>	Mardi 2 séances	V. DELIGNY		18h à 19h 19h15 à 20h15
 <b>ADULTES</b>	Lundi	V. DELIGNY	Gymnase Gérard PHILIPPE	20h30 à 22h30
	Mardi	V. DELIGNY	Gymnase Gérard PHILIPPE	20h30 à 22h30
	Jeudi	V. DELIGNY	Gymnase Gérard PHILIPPE	20h30 à 22h30
	Lundi	F. MONCHAUX	Gymnase Jean DAVESNE	20h15 à 21h
 <b>YOGA</b>	Jeudi 2 séances	A. CAMACHO	Salle polyvalente CROUY	16h30 à 17h30 17h35 à 18h35
	Vendredi	M. DIOT	Salle de danse 3 rue porte de Crouy, SOISSONS	11h à 12h
 <b>Natation</b>	Vendredi	Evelyne et Benoit WINTREBERT	Les Bains Du Lac	Rdv 18h dans le Hall 18h30 à 19h30
 <b>Zumba kids</b>	Samedi 2 séances	S. ROUCHETTE <b>6 à 10 ans</b>	Salle des sports CROUY	10h à 11h
		S. ROUCHETTE <b>11 à 15 ans</b>		11h à 12h

→ Retrouvez toutes ces informations sur notre site internet

<https://asdec-soissons.fr>

