

**18 au 23  
mars**

**Le SPORT DONNE DES  
elles**  
by ASPTT  
L'événement multisports 100% femme

**ASPTT STRASBOURG**  
CLUB OMNISPORTS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI		
18h30 à 19h30 <b>YOGA</b> Hall sportif AGR - Wacken			12h15 à 13h <b>CROSS TRAINING</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest		9h à 10h <b>QI GONG</b> Salle Multiactivités Centre Sportif Ouest	9h à 10h <b>KRAV MAGA</b> Gymnase Centre Sportif Ouest	9h à 10h <b>CROSS TRAINING</b> Salle musculation Centre Sportif Ouest
18h30 à 19h30 <b>TENNIS DE TABLE</b> Hall sportif AGR - Wacken				14h à 15h <b>FELDENKRAIS</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest			
18h30 à 19h30 <b>FITNESS</b> Hall sportif AGR - Wacken	18h30 à 19h30 <b>PILATES</b> Dojo Centre Sportif Ouest	18h à 19h30 <b>YOGA</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest	19h15 à 20h <b>AQUAGYM</b> Piscine de HautePierre Halle		10h à 11h <b>YOGA</b> Salle Multiactivités Centre Sportif Ouest	10h à 11h <b>ZUMBA</b> Gymnase Centre Sportif Ouest	11h à 12h <b>CROSS TRAINING</b> Salle musculation Centre Sportif Ouest
19h30 à 20h30 <b>YOGA</b> Hall sportif AGR - Wacken				15h à 16h <b>MARCHE NORDIQUE</b> Départ Centre Sportif Ouest			
19h30 à 20h30 <b>TENNIS DE TABLE</b> Hall sportif AGR - Wacken	18h30 à 19h30 <b>ZUMBA</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest	18h30 à 19h30 <b>TAI CHI CHUAN</b> Dojo Centre Sportif Ouest	18h30 à 19h15 19h15 à 20h <b>NATATION</b> Piscine de HautePierre Bassin intérieur		11h à 12h <b>PILATES</b> Salle Multiactivités Centre Sportif Ouest	11h à 12h <b>CARDIO BOXE</b> Gymnase Centre Sportif Ouest	11h à 12h <b>CROSS TRAINING</b> Salle musculation Centre Sportif Ouest
19h30 à 20h30 <b>FITNESS</b> Hall sportif AGR - Wacken				16h à 17h <b>GYMASTIQUE D'ENTRETIEN</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest			
20h à 22h <b>SPIKEBALL FLAG FOOT ULTIMATE</b> Stade synthétique Centre Sportif Ouest	20h à 21h <b>FULL BODY TRAINING</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest	20h à 22h30 <b>BADMINTON</b> Gymnase Herrade	19h à 20h <b>BODY TAEKWONDO</b> Salle multiactivités Centre Sportif Ouest				

**Lieux de pratique:**



Centre Sportif Ouest  
6 chemin long - Koenigshoffen



Hall sportif AGR  
rue P. de Coubertin - Wacken



Gymnase Herrade  
43 allée des Comtes - Koenigshoffen



Piscine HautePierre  
rue Baden Powell