**Séances de Longe-Côte et activités spécifiques**

**Form’Océan**

Septembre à décembre 2017

* 9/09 : 10h00 et 13h30
* 11/09: 10h00 (longe cote) et 11h05 (Fit Palmes)
* 13/09: 17h25
* 16/09: 9h00 (Longe cote) et 10h05 (Fit Palmes)
* 18/09: 10h00et/ou 19h30
* 20/09 : 10h30
* 23/09: 9h30
* 25/09 : 10h et/ou 15h00
* 27/09: 15h30et/ou 19h30
* 30/09: 9h00 et/ou 13h00
* 2/10 : 10h00 ou 15h30
* 4/10 : 10h00 ou 15h00
* 7/10 : 14h00 (5ème anniversaire de Form’Océan)
* 8/10 : 10h00 (5ème anniversaire de Form’Océan)
* 9/10 : 13h30
* 11/10 : 15h00
* 14/10 : 9h00
* 16/10: 15h30
* 18/10: 10h00
* 21/10: 12h00
* 23/10: 10h00
* 25/10: 14h30
* 28/10 : 17h15
* 30/10 :18h30
* 1/11: Férié (pas de séance)
* 4/11: 10h00
* 6/11: 10h00
* 8/11: 13h00
* 11/11: Férié (pas de séance)
* 13/11 : 12h30
* 15/11: 10h et/ou14h15
* 18/11 : 10h00
* 20/11 : 10h00
* 22/11 : 14h30
* 25/11: 14h30
* 27/11: 15h30
* 29/11: 12h30
* 2/12 : 9h
* 4/12 : 10h
* 3/12 : 13h30
* 9/12 : 9h30 et/ou 15h
* 11/12 : 10h
* 13/12 : 10h
* 16/12 : 9h30
* 18/12 : 10h
* 20/12 : 13h30
* 23/12 : 13h
* 25/12 : Férié
* 27/12 : 11h
* 30/12 : 14h

Sous réserve de modifications selon encadrement et conditions météos : merci de vous assurer auprès de l’un des encadrants ou directement sur le site de l’horaire de séance souhaitée !