

MATERIEL GYM SPT POUR JANVIER FEVRIER MARS 2025

JANVIER 2025

MARDI 7	Pas de matériel
MARDI 14	Bâton
MARDI 21	haltères
MARDI 28	Elastiques chevilles

FEVRIER 2025

MARDI 4	Pas de matériel
MARDI 11	Bâton
MARDI 18	Haltères
MARDI 25	Elastiques chevilles

MARS 2025

MARDI 4	Ballon paille
MARDI 11	Bâton
MARDI 18	Haltères
MARDI 25	Elastiques chevilles