

Sports



Nouveau !

La Commune organise des cours gratuits de sport en plein air pour tous et sans inscription du 4 juillet au 20 août 2022.

Pour bien débiter et prolonger l'été, le cours de renforcement musculaire est donné du 14 mai au 15 octobre 2022, tous les samedis matin de 9h à 10h dans le parc de la Mairie.



JUILLET 2022

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
4  THAI CHI 17H30	5  SALSA & FUSION 18H	6  CIRCUIT TRAINING 18H	7  BOXE 18H	8  YOGA & MÉDITATION 17H30	9  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	10 REPOS
11  THAI CHI 17H30	12  ZUMBA 10H	13  CIRCUIT TRAINING 18H	14  BOXE 18H	15  YOGA & MÉDITATION 17H30	16  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	17 REPOS
18  THAI CHI 17H30	19  SALSA & FUSION 18H	20  CIRCUIT TRAINING 18H	21  BOXE 18H	22  YOGA & MÉDITATION 17H30	23  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	24 REPOS
25  THAI CHI 17H30	26  ZUMBA 10H	27  CIRCUIT TRAINING 18H	28  BOXE 18H	29  YOGA 18H	30  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	31 REPOS

AOÛT 2022

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
1 REPOS	2  SALSA & FUSION 18H	3  CIRCUIT TRAINING 18H	4  BOXE 18H	5  YOGA 18H	6  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	7 REPOS
8  THAI CHI 17H30	9  ZUMBA 10H	10  CIRCUIT TRAINING 18H	11  BOXE 18H	12  YOGA 18H	13  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	14 REPOS
15  THAI CHI 17H30	16  SALSA & FUSION 18H	17  CIRCUIT TRAINING 18H	18  BOXE 18H	19  YOGA 18H	20  RENFORCEMENT MUSCULAIRE 9H	21 REPOS

Les cours ont lieu dans le parc de la Mairie, route de La-Capite 24, 1223 Cologny.
En cas de pluie, ils seront déplacés sous la tente du parking de la Mairie.