



ACTIVITÉS DU DAPS EN LIVE SUR ZOOM

faible intensité : *
intensité modérée : **
intensité élevée : ***

L U N D I	13h-14h : Relaxation – Guillaume Galvez ID de réunion : 955 0353 7554 - Code secret : trtkz9 https://zoom.us/j/95503537554?pwd=QlVvYUG4xQ0xJMUo4V29vd0lwejdsZz09	*
	18h-19h : Gymnastique Pleine Forme – Véronique Patin ID de réunion : 771 5561 9027 - Code secret : 1u8usd https://us04web.zoom.us/j/77155619027?pwd=RG90TmhveHZUeE01cHIETkNkOWRodz09	*
	18h30-19h30 : Abdos – Julien Miniou ID de réunion : 927 7742 4542 - Code secret : jmLJ76 https://zoom.us/j/92777424542?pwd=MWdwYWFBamVrVjh0SCtXL2RSU2d3QT09 Participation avec vidéo activée	**
M A R D I	9h-10h : PPG « circuit training » – William Petit ID de réunion : 844 1492 1639 - Code secret : PPGWILL https://us02web.zoom.us/j/84414921639?pwd=cDhHRU9PbHVvMSs4M3ZOUIURvTGNYUT09	**
	12h-13h : PPG « cardio musculation » – Isabelle Masquelez ID de réunion : 990 870 6773 - Code secret : K2xWus https://zoom.us/j/9908706773?pwd=ZDVOZUs2bTRtWjdoSTdwb0Q0c1Y5UT09	***
	18h30-20h : Handstand – Thibault Besnard public restreint - contacter l'enseignant : thibault.besnard@sorbonne-universite.fr	***
M E R C R E D I	12h-13h : PPG – Didier Nguyen ID de réunion : 892 0495 5584 - Code secret : 3AAPbd https://us02web.zoom.us/j/89204955584?pwd=S1lzTXBsakUwcTk5T2xNcc81S2hpZz09	***
	18h30-19h30 : Pilates – Stéphanie Rey ID de réunion : 889 5260 3865 - Code secret : PILATES https://us02web.zoom.us/j/88952603865?pwd=TmZiVmI5VzZVTE5pd3JldHFXUkZ4Zz09	**
	18h-19h : Body Sculpt – Aude Flament ID de réunion : 916 3570 6110 - Code secret : 3RrkGd https://zoom.us/j/91635706110?pwd=SHF4NjdhcZfodmxialZmNGQ4OE41UT09	**
	18h30-20h : Yoga Flow – Thibault Besnard public restreint - contacter l'enseignant : thibault.besnard@sorbonne-universite.fr	**

J E U D I	<p>9h-10h : PPG « renforcement musculaire » – Isabelle Masquelez ID de réunion : 990 870 6773 - Code secret : K2xWus https://zoom.us/j/9908706773?pwd=ZDVOZUs2bTRtWjdoSTdwb0Q0c1Y5UT09</p>	**
	<p>11h30-12h30 : Hatha Flow Yoga – Catherine Cheyssial ID de réunion : 938 897 5998- Code secret : X4wS3g https://us04web.zoom.us/j/9388975998?pwd=K3YremIER3p3amZFM1R5aysyVGpGQT09</p>	*
	<p>12h-13h : Cardio-Abdo-Stretching – Isabelle Lubas public restreint - contacter l'enseignante : isabelle.lubas@sorbonne-universite.fr</p>	*
	<p>12h-13h : PPG « cardio musculation » – Isabelle Masquelez ID de réunion : 990 870 6773 - Code secret : K2xWus https://zoom.us/j/9908706773?pwd=ZDVOZUs2bTRtWjdoSTdwb0Q0c1Y5UT09</p>	***
	<p>12h30-14h : Vinyasa Yoga – Catherine Cheyssial ID de réunion : 938 897 5998- Code secret : X4wS3g https://us04web.zoom.us/j/9388975998?pwd=K3YremIER3p3amZFM1R5aysyVGpGQT09</p>	**
	<p>18h-19h : Gymnastique Pleine Forme – Véronique Patin ID de réunion : 771 5561 9027 - Code secret : 1u8usd https://us04web.zoom.us/j/77155619027?pwd=RG9OTmhveHZUeE01cHIETkNkOWRodz09</p>	*
	<p>18h-19h : PPG « circuit training » – William Petit ID de réunion : 895 4395 7222 - Code secret : PPGWILL https://us02web.zoom.us/j/89543957222?pwd=OTIDZFZtdC9VUnA0ZDRreHlsMjg0QT09</p>	**
V E N D R E D I	<p>10h-11h : Crossfit – Julien Miniou ID de réunion : 944 5607 5949 - Code secret : 31PbpX https://zoom.us/j/94456075949?pwd=TFh5YUUwNnhmM2g2YVRHczNqZEcvUT09</p> <p>Participation avec vidéo activée</p>	***
	<p>12h-13h : Body & mind – Aude Flament ID de réunion : 947 2706 9960 - Code secret : 8khN6V https://zoom.us/j/94727069960?pwd=MHFHThZKN09KcloxVE5yd0RPazdCQT09</p>	*
	<p>18h30-19h30 : Pilates – Stéphanie Rey ID de réunion : 889 5260 3865 - Code secret : PILATES https://us02web.zoom.us/j/88952603865?pwd=TmZiVml5VzZVTE5pd3JldHFxUkZ4Zz09</p>	**