



Scannez-moi

# Planning des cours collectifs

Du 23 au 28 Février 2026

Tous nos cours sont sur réservation, sauf en cas d'abonnement annuel à un cours.

	YOGA	FITNESS / PILATES	AUTRES			
	Lundi Monday 23/02	Mardi Tuesday 24/02	Mercredi Wednesday 25/02	Jeudi Thursday 26/02	Vendredi Friday 27/02	Samedi Saturday 28/02
09h00			09.00 - 10.00	09.00 - 10.30		9.00 - 10.00
09h30			CIRCUIT TRAINING	HATHA YOGA		RENFORCEMENT MUSCULAIRE Maxime
10h00			Maxime	Hélène		10.00 - 11.00
10h30	10.30 - 12.00				10.15 - 11.15	STRETCHING Maxime
11h00	SPORT SANTE Renforcement Holistique		10.45 - 12.15		STRETCHING Hélène	11.00 - 12.00 *
11h30	Huyen		YOGA DOUX			FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex
12h00			Valérie		12.00 - 13.00	
12h30					PILATES Caroline	
13h00						
13h30						
14h00						
14h30						
15h00						* cours complets
15h30						(sauf place qui se libère exceptionnellement)
16h00						
16h30						
17h00						
17h30		18.00 - 19.00		17.30 - 18.30		
18h00		PILATES & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Leslie		BODY COMBAT Alex		
18h30	18.30 - 19.30 *	Leslie	18.30 - 19.30 *	18.30 - 19.30	18.15 - 19.45	
19h00	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex	19.00 - 20.00	PILATES Caroline	CIRCUIT TRAINING Maxime	YOGA DE L'ALIGNEMENT I. IYENGAR	
19h30	19.30 - 20.30 *	ZUMBA Leslie	19.30 - 20.30		Davide	
20h00	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex		PILATES Caroline	19.45 - 21.15		
20h30				YOGA GREEN Valérie		
21h00						
21h30						
22h00						