



Scannez-moi

Planning des cours collectifs

Du 2 au 7 Mars 2026

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

| | YOGA | FITNESS / PILATES | AUTRES | | | |
|-------|--|--|--------------------------------|----------------------------|---------------------------------|---|
| | Lundi Monday 02/03 | Mardi Tuesday 03/03 | Mercredi Wednesday 04/03 | Jeudi Thursday 05/03 | Vendredi Friday 06/03 | Samedi Saturday 07/03 |
| 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 Huyen | | 10.45 - 12.15 | | STRETCHING Hélène | 11.00 - 12.00 * |
| 11h30 | | | 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 | | | | 17.30 - 18.30 | | |
| 18h00 | | 18.00 - 19.00 | | BODY COMBAT | | |
| 18h30 | 18.30 - 19.30 * | PILATES & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Huyen | | Alex | 18.15 - 19.45 | |
| 19h00 | FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex | | | 18.30 - 19.30 | YOGA DE L'ALIGNEMENT I. IYENGAR | |
| 19h30 | 19.30 - 20.30 | | | CIRCUIT TRAINING Maxime | | |
| 20h00 | FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex | | | | Davide | |
| 20h30 | | | | 19.45 - 21.15 | | |
| 21h00 | | | | YOGA GREEN | | |
| 21h30 | | | | Valérie | | |
| 22h00 | | | | | | |