



Planning des cours collectifs

Du 20 au 27 Avril 2026

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

Scannez-moi

	YOGA	FITNESS / PILATES	AUTRES			
	Lundi Monday 20/04	Mardi Tuesday 21/04	Mercredi Wednesday 22/04	Jeudi Thursday 23/04	Vendredi Friday 24/04	Samedi Saturday 25/04
09h00		9.00 - 10.30	09.00 - 10.00			9.00 - 10.00
09h30		YOGA VINYASA	CIRCUIT TRAINING			RENFORCEMENT MUSCULAIRE
10h00		Justine	Maxime			Maxime
10h30						10.00 - 11.00
11h00						STRETCHING
11h30						Maxime
12h00	12.15 - 13.15				12.00 - 13.00	11.00 - 12.00 *
12h30	YOGA DYNAMIQUE				PILATES	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE
13h00	Justine				Caroline	Alex
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		Alex		18.15 - 19.45
19h00	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Leslie	18.30 - 19.30 *	18.30 - 19.30		YOGA DE L'ALIGNEMENT I. IYENGAR
19h30	Alex	19.00 - 20.00	PILATES	CIRCUIT TRAINING		
20h00	19.30 - 20.30 *	ZUMBA	Caroline	Maxime		
20h30	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Leslie	19.30 - 20.30			Davide
21h00	Alex		PILATES			
21h30			Caroline			
22h00						