



# Planning des cours collectifs 2026

PROGRAMME VACANCES SCOLAIRES ETE 2026 (chaque semaine varie - pensez à vérifier en ligne !)

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

Scannez-moi

	YOGA	FITNESS / PILATES	AUTRES			
	Lundi Monday 20/07/2026	Mardi Tuesday 21/07/2026	Mercredi Wednesday 22/07/2026	Jeudi Thursday 23/07/2026	Vendredi Friday 24/07/2026	Samedi Saturday 25/07/2026
09h00			09.00 - 10.00	09.00 - 10.30		
09h30			CIRCUIT TRAINING Jonathan	HATHA YOGA Hélène		
10h00					10.15 - 11.15	10.00 - 11.00
10h30	10.30 - 12.00				STRETCH' YIN Hélène	PILATES Johanna
11h00	SPORT SANTE Renforcement Holistique Huyen	11.15 - 12.15	10.45 - 12.15			11.00 - 12.00
11h30		STRETCHING / Mobilité douce Johanna	HATHA YOGA Hélène			FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex
12h00		12.15 - 13.15		12.15 - 13.15	12.00 - 13.00	
12h30		PILATES Johanna		SOPHROLOGIE RELAXATION Laëtitia	PILATES Caroline	
13h00						
13h30						
14h00						
14h30						
15h00						
15h30						
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	19.00 - 20.00	18.30 - 19.30		18.15 - 19.45	
19h00	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex	ZUMBA Leslie	PILATES Caroline		YOGA DE L'ALIGNEMENT Davide	
19h30	19.30 - 20.30		19.30 - 20.30			
20h00	FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE Alex	20.15 - 21.45	PILATES Caroline	19.45 - 21.15		
20h30		YOGA DE L'ALIGNEMENT Davide		VIN' & YIN YOGA Hélène		
21h00						
21h30						
22h00						