



Scannez-moi

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.

	YOGA	FITNESS / PILATES	AUTRES			
	Lundi Monday 24/08/2026	Mardi Tuesday 25/08/2026	Mercredi Wednesday 26/08/2026	Jeudi Thursday 27/08/2026	Vendredi Friday 28/08/2026	Samedi Saturday 29/08/2026
09h00		9.00 - 10.30	09.00 - 10.00			9.00 - 10.00
09h30		HATHA YOGA	CIRCUIT TRAINING Maxime			BODY PUMP Maxime
10h00		Alexandra				10.00 - 11.00
10h30	10.30 - 12.00				10.15 - 11.15	MOBILITE - STRETCHING Maxime
11h00	MOBILITE - RENFORCEMENT - EQUILIBRE		10.45 - 12.15		STRETCHING Maxime	11.00 - 12.00
11h30	Huyen	11.15 - 12.15	HATHA YOGA			RENFORCEMENT MUSCULAIRE Caroline
12h00		STRETCHING Johanna	Alexandra		12.00 - 13.00	
12h30		12.15 - 13.15		12.15 - 13.15	PILATES Caroline	
13h00		PILATES Johanna		SOPHROLOGIE RELAXATION Laëtitia		
13h30						
14h00						
14h30						
15h00						
15h30						
16h00						
16h30						
17h00						
17h30						
18h00		18.00 - 19.00				
18h30	18.30 - 19.30 *	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Caroline	18.30 - 19.30	18.30 - 19.30	18.15 - 19.45	
19h00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Caroline		PILATES Caroline	CIRCUIT TRAINING Maxime	YOGA DE L'ALIGNEMENT	
19h30			19.30 - 20.30	19.30 - 20.30	Davide	
20h00			PILATES Caroline	MOBILITE - STRETCHING Maxime		
20h30						
21h00						
21h30						
22h00						