



Scannez-moi

WELLFUZ www.wellfuz.com - 01 30 08 48 64 - info@wellfuz.com - Parc Claude Monet

Planning des cours collectifs 2026-2027

Hors vacances scolaires et jours fériés (planning allégé pendant les vacances)

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

	YOGA	FITNESS / PILATES	AUTRES			
	Lundi Monday	Mardi Tuesday	Mercredi Wednesday	Jeudi Thursday	Vendredi Friday	Samedi Saturday
09h00	9.00 - 10.00 <i>PILATES</i> Johanna	9.00 - 10.30 <i>YOGA VINYASA</i> Justine	09.00 - 10.00 <i>CIRCUIT TRAINING</i> Maxime	09.00 - 10.30 <i>HATHA YOGA</i> Hélène		9.00 - 10.00 <i>BODY PUMP</i> Maxime
09h30						
10h00					10.15 - 11.15 <i>STRETCH' YIN</i> Hélène	10.00 - 11.00 <i>MOBILITE - STRETCHING</i> Maxime
10h30						
11h00			11.00 - 12.30 <i>YOGA DOUX</i> Valérie			11.00 - 12.00 * <i>FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE</i> Alex
11h30		11.15 - 12.15 <i>MOBILITE - STRETCHING</i> Johanna				
12h00					12.00 - 13.00 <i>PILATES</i> Caroline	
12h30	12.15 - 13.15 <i>YOGA DYNAMIQUE</i> Justine	12.15 - 13.15 <i>PILATES</i> Johanna		12.15 - 13.15 <i>SOPHROLOGIE RELAXATION</i> Laëtitia	13.00 - 14.00 <i>PILATES</i> Caroline	
13h00						
13h30						
14h00	14.00 - 15.30 <i>YOGA KUNDALINI</i> Marlène		14.00 - 15.30 <i>YOGA BALL</i> Huyen			
14h30						
15h00						
15h30						
16h00						
16h30						
17h00						
17h30				17.30 - 18.30 <i>BODY COMBAT</i> Alex		
18h00		18.00 - 19.00 <i>PILATES & RENFORCEMENT</i> Leslie			18.15 - 19.45 <i>YOGA DE L'ALIGNEMENT</i> Davide	
18h30	18.30 - 19.30 * <i>FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE</i> Alex	19.00 - 20.00 <i>ZUMBA</i> Leslie	18.30 - 19.30 * <i>PILATES</i> Caroline	18.30 - 19.30 <i>CIRCUIT TRAINING</i> Maxime		
19h00						
19h30	19.30 - 20.30 * <i>FITNESS & RENFORCEMENT MUSCULAIRE</i> Alex		19.30 - 20.30 * <i>PILATES</i> Caroline	19.30 - 20.30 <i>MOBILITE - STRETCHING</i> Maxime		
20h00						
20h30		20.15 - 21.45 <i>YOGA DE L'ALIGNEMENT</i> Davide			20.15 - 21.45 <i>YOGA DANSE</i> Diana	
21h00						
21h30						
22h00						

* cours complets

Mais des places se libèrent régulièrement - Inscription possible sur listes d'attente !