PLANNING 2026-2027

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2
		Qi GONG. *LUC* De 09H15 à 10H45								KRAV MAGA. De 10h00 à 11h00	
		MEDITATION. *LUC* De 11H00 à 12H00		CHIBALL *ELODIE* De 11H15 à 12h15							
	YOGA. *MARIE CLAUDE* Tous niveaux De 12H15 à 13H45			PILATES *ELODIE* Tous niveaux A partir de 12H15							
	Qi GONG. *Florence* De 14H15 à 15H45					PILATES ADAPTÉ *NATHALIE* De 17H00 à 18H00	Nouveau YOGA KIDS. 6 à 8 ans *Rachel* de 17H15 à 18H15	INITIATION *ELISE* Enfants (6- 7 ans) De 17H15 à 18H15			
PILATES *SANDRINE* Dé Niveau 1 De 18H15 à 19H15		Libre Expression Sensitive CORINE De 18H30 à 20H00	QI GONG *LUC* De 18H00 à 19H15	PILATES *NATHALIE* Niveau 2. De 18H00 à 19H00	EVEIL *ELISE* (4 - 5 ans) De 18H00 à 18H45	PILATES *NATHALIE* Déb Niveau 1 De 18H00 à 19H00	YOGA *MARIE CLAUDE* Débutant de 18H15 à 19H45	Danse MODERN JAZZ *ELISE* Enfants (à partir de 8 ans) De 18H15 à 19H15	Danses Latines et Standard. *NATALIIA* Débutants De 18H15 à 19H45	STAGES ATELIERS PROPOSES TOUT AU LONG DE L'ANNEE . Se référer au site internet, Facebook	
PILATES *SANDRINE* Niveau 2 et 3 De 19h15 à 20H15			YOGA *MARIE CLAUDE* Tous niveaux De 19H30 à 21H00	PILATES *NATHALIE* Niveau 3. De 19H00 à 20H00	DANSE CONTEMPORAINE *ELISE* Inter De 19H00 à 20H30			Danse MODERN JAZZ *ELISE* Inter De 19H15 à 20H30			
	YIN YOGA *ELODIE* De 20H30 à 21H30				DANSE CONTEMPORAINE *ELISE* Débutant Adulte De 20H30 à 21H30	ROCK *GILLES* DE 19H30 à 21H00		Danse MODERN JAZZ *ELISE* Avancés 20H30 à 22H00	Danses Latines et Standard *NATALIIA* Inter. De 19H45 à 21H15		
						WEST COAST SWING *GILLES* DE 21H00 à 22H30					

	YOGA	PILATES	CHI BALL
LUNDI	De 12H15 à 13H45		
MARDI	De 19H30 à 21H00		
MERCREDI	De 20H00 à 21H30		11H15 à 12H15
JEUDI	De 18H15 à 19H45		
VENDREDI			

	LUNDI	**MARDI**	**MERCREDI**
PILATES	Débutant Nibveau 1 De 18H15		12H15 Tous niveaux
	Niveau. 2 et 3. De 19H15		Niveau 2. De 18H15
			Niveau 3 De 19H15
YOGA	12H15	19H30	20H00
GYM ZEN			
CHI BALL			11H15
YIN YOGA	De 20H30		
FITNESS			

YIN YOGA	GYM ZEN
De 20H30 à 21H30	
	13H00 à 14H00

JEUDI

Débutant Niveau 1 De 18H30
18H15
13H00