

horaires 2026-2027

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
08h45 - 09h45 STRETCHING Philippe	09h00 - 10h00 PILATES  Complet Philippe* Caroline**	08h45 - 09h45 STRETCHING Complet Philippe* Caroline**	09h00 - 10h00 PILATES  Complet Philippe* Caroline**	09h00 - 10h00 PILATES  Complet Maud* Sandy**
09h55 - 10h55 STRETCHING Philippe* Caroline**	10h10 - 11h10 STRETCHING Philippe* Caroline**	09h50 - 10h50 STRETCHING  Complet Maud* Sandy**	10h10 - 11h10 INDIV. Maud* Caroline**	09h30 - 11h00 Marche Nordique Aurélien
11h00 - 12h00 INDIV. Philippe* Caroline**				10h10 - 11h10 STRETCHING Maud* Sandy**
12h20 - 13h20 PILATES  Maud* Caroline**	12h20 - 13h20 Renforcement Poids du corps Philippe* Maud**		12h20 - 13h20 STRETCHING  Philippe* Caroline**	12h20 - 13h20 MUNZ FLOOR Marie Hélène
17h10 - 18h10 STRETCHING  Philippe* Caroline**				17h15 - 18h15 STRETCHING Philippe* Caroline**
18h20 - 19h20 PILATES Maud	18h00 - 19h00 PILATES 1 Sandy	18h20 - 19h20 PILATES STRETCH Complet Philippe* Caroline**	18h00 - 19h00 PILATES  Maud* Caroline**	 en présence <u>ET</u> en visio
19h30 - 20h30 YOGA Maud	19h10 - 20h10 PILATES 2 Sandy			* Semaine paire ** Semaine impaire

Reprise des cours le lundi 31 août

Vacances Toussaint: du 26 octobre au 1er Novembre 2027

Vacances Noël : du 21 Décembre au 3 janvier 2027

Vacances de Pâques: du 22 au 27 février 2027

Vacances de Pâques: du 19 au 25 avril 2027

19/10/2026