

LUNDI	8h	8h15	8h30	8h45	9h	9h15	9h30	9h45	10h	10h15	10h30	10h45	11h	11h15	11h30	11h45	12h	13h	13h15	13h30	13h45	14h	14h15	14h30	14h45	15h	16h	16h15	16h30	16h45	17h	17h15	17h30	17h45	18h	18h15	18h30	18h45	19h	19h15	19h30	19h45	20h	20h15	20h30	20h45	21h	21h15	21h30	21h45	22h	22h15	22h30
	SMS								Complet	Yoga sur chaise (Laurence)																						Eveil rythmique 5-7a (Sandrine)				Complet	Circuit training (Johanna)			Complet	Pilates (Johanna)			Complet	Pilates (Johanna)								
	Salle activ.																																																				
	Salle Tatami																																																				

MARDI	8h	8h15	8h30	8h45	9h	9h15	9h30	9h45	10h	10h15	10h30	10h45	11h	11h15	11h30	11h45	12h	13h	13h15	13h30	13h45	14h	14h15	14h30	14h45	15h	16h	16h15	16h30	16h45	17h	17h15	17h30	17h45	18h	18h15	18h30	18h45	19h	19h15	19h30	19h45	20h	20h15	20h30	20h45	21h	21h15	21h30	21h45	22h	22h15	22h30
	SMS				Pilates stretch (Claudine)				Body Mix (Claudine)				Gym retraités actifs (Chrystel)																			Complet	Jazz Initiation 7-10 ans (Sandrine)				Jazz Ados avanc. 15-18a (Sandrine)				Jazz Adultes début. 2 (Sandrine)												
	Salle activ.							Gym entretien séniors (Chrystel)																																													
	Salle Tatami																																																				

MERCREDI	8h	8h15	8h30	8h45	9h	9h15	9h30	9h45	10h	10h15	10h30	10h45	11h	11h15	11h30	11h45	12h	13h	13h15	13h30	13h45	14h	14h15	14h30	14h45	15h	16h	16h15	16h30	16h45	17h	17h15	17h30	17h45	18h	18h15	18h30	18h45	19h	19h15	19h30	19h45	20h	20h15	20h30	20h45	21h	21h15	21h30	21h45	22h	22h15	22h30	
	SMS							Pilates (Chrystel)					Stretching (Chrystel)									Hip Hop (6-10 ans) (Tom)				Hip Hop (10-14 ans) Tom								Jazz Juniors 11-14a (Sandrine)				Jazz Ados (Sandrine)				Jazz Adultes début. (Sandrine)				Jazz Adultes Intern. (Sandrine)				Complet	Heels débutants (Manon)			
	Salle activ.																																																					
	Salle Tatami																																																					

JEUDI	8h	8h15	8h30	8h45	9h	9h15	9h30	9h45	10h	10h15	10h30	10h45	11h	11h15	11h30	11h45	12h	13h	13h15	13h30	13h45	14h	14h15	14h30	14h45	15h	16h	16h15	16h30	16h45	17h	17h15	17h30	17h45	18h	18h15	18h30	18h45	19h	19h15	19h30	19h45	20h	20h15	20h30	20h45	21h	21h15	21h30	21h45	22h	22h15	22h30				
	SMS				Gym forme entret. - Claudine				Body mix (Claudine)																										Classique 6-8 ans (Valérie)			Classique 9 ans & + (Valérie)				Barre au sol (Sandrine)				Renfo CAF (Jérôme)				Heels (Manon)				Heels débutants 2 (Manon)			
	Salle activ.																																																								
	Salle Tatami																																																								

VENDREDI	8h	8h15	8h30	8h45	9h	9h15	9h30	9h45	10h	10h15	10h30	10h45	11h	11h15	11h30	11h45	12h	13h	13h15	13h30	13h45	14h	14h15	14h30	14h45	15h	16h	16h15	16h30	16h45	17h	17h15	17h30	17h45	18h	18h15	18h30	18h45	19h	19h15	19h30	19h45	20h	20h15	20h30	20h45	21h	21h15	21h30	21h45	22h	22h15	22h30
	SMS																																																				
	Salle activ.																																																				
	Salle Tatami																																																				

05/10/25

Danse (Eveil-Jazz-Hip hop-Heels-Classique-Contemporain) : Démarrage des cours Semaine du 15/09/25 – Fin : semaine du 15/06/2026
Cours de bien-être : Démarrage des cours Semaine du 08/09/2025 – Fin : semaine du 29/06/2026