

Planning 2025/2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
SEANCE PRIVEE	SEANCE PRIVEE	8H00 niveau 1 PHYSIO - YOGA « Réveiller »	SEANCE PRIVEE	8H30 Niveau 1 PHYSIO – PILATES	9H00 s/rdv INITIATION PILATES YOGA
9h00 S/Résa: Tai Chi Qi Gong 1, 8, 15 dec	9H00 Tous Niveaux YOGA AERIEN YOGA WALL	9H00 Tous Niveaux PILATES Evolution	9H00 Tous niveaux PILATES fondamental	SEANCE PRIVEE	15 novembre Weekend Harmonie
10h00 Niveau 1 PHYSIO – PILATES	SEANCE PRIVEE	EVEIL CORPOREL 13H30 5/7 ans Débutant	SEANCE PRIVEE		16 novembre Weekend Harmonie
SEANCE PRIVEE	12H00 tous niveaux HATHA YOGA « Libérer »	HIP HOP 14H30 9/11 ans Débutant			
		HIP HOP 15H30 7/9 ans Débutant			
	MODERNE 16H30 7/10 ans Moyen	MODERNE 16h30 6/8 ans Débutant			
HIP HOP 17H30 ** 11/13 ans Moyen	CONTEMPORAINE 17h30 13/14 ans Moyen	MODERNE 17h30 8/10ans Moyen	HIP HOP 17H45 dés 12 ans Avancé		
18H30 Niveau 2 YOGA VINYASA « Canaliser »	18h30 Tous niveaux PILATES Fondamental	CONTEMPORAINE 18h30 12 /15 ans Avancé	18H45 Tous niveaux PILATES Fondamental	14 novembre Weekend Harmonie	
19h30 Niveau 2 YOGA FIRE & FLOW	19H30 DANSE AFRO ADULTE	19h30 CONTEMPORAINE ADULTE	19H45 Tous Niveaux YOGA AERIEN YOGA WALL		