

Jour	Horaire	Cours	Professeur	Salle	Jauge maxi
Lundi	8h45	PILATES	Cyrille	Entière	COMPLET
	9h45	STRETCHING	Cyrille	Entière	35
	15h	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	16h	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	18h15	PILATES	Patricia	Demi salle	COMPLET
	19h15	STRETCHING	Patricia	Demi salle	18
Mardi	9h	STRETCHING	Cyrille	Entière	35
	10h	STRETCHING	Cyrille	Entière	35
	11h	YOGA DOUX	Cyrille	NOUVEAUTE	20
	15h30	PAS - Prévention Active Santé	Patricia	Entière	12
	16h30	GYM DOUCE	Patricia	Entière	35
	18h45	FIT GYM	Auguste	Entière	35
	19h45	FIT BOXE	Auguste	Entière	35
	20h45	STEP	Mélanie	Entière	35
Mercredi	9h00	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	10h00	GYM DOUCE	Patricia	Entière	COMPLET
	11h00	FIT GYM	Mélanie	Entière	35
	18h30	FIT GYM	Fabrice	Entière	35
	19h30	Renfo. Musc. Homme	Fabrice	Entière	35
	20h30	CIRCUIT TRAINING	Fabrice	Entière	35
Jeudi	9h	STRETCHING	Patricia	Entière	35
	10h	STRETCHING	Patricia	Entière	35
	11h	PAS - Prévention Active Santé	Fabrice	NOUVEAUTE	12
	18h30	GYM DOUCE	Fabrice	Demi salle	18
	19h30	STRETCHING	Fabrice	Demi salle	18
Vendredi	9h30	FIT GYM	Cyrille	Entière	35
	10h30	FIT GYM	Cyrille	Entière	35
Samedi	9h30	CAF - Cuisses, Abdos, Fessiers	Cyrille	Entière	35
	10h30	PILATES	Cyrille	Entière	20
	11h30	ZUMBA-FITNESS	Mélanie	Entière	35

Les cours ont une durée d'une heure. Ils sont mixtes à l'exception du mercredi à 19h30

Début de saison : le 8 septembre 2025

Congés Toussaint : 20 oct au 01 novembre 2025

Congés Noël : 22 décembre 25 au 03 janvier 2026

Congés hiver : 16 février au 28 février 2026

Congés Printemps : 13 avril au 25 avril 2026

Fin des cours : 27 juin 2026

Semaine de rattrapage : 29 juin au 04 juillet 2026