

Jour	Horaire	Cours	Professeur	Salle	au 10/09
Lundi	8h45	PILATES	Cyrille	Entière	COMPLET
	9h45	STRETCHING	Cyrille	Entière	6
	15h	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	16h	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	18h15	PILATES	Patricia	Demi salle	COMPLET
	19h15	STRETCHING	Patricia	Demi salle	6
Mardi	9h	STRETCHING	Cyrille	Entière	2
	10h	STRETCHING	Cyrille	Entière	1
	11h	YOGA DOUX	Cyrille	NOUVEAU	15
	15h30	PAS - Prévention Active Santé	Patricia	Entière	2
	16h30	GYM DOUCE	Patricia	Entière	21
	18h45	FIT GYM	Auguste	Entière	12
	19h45	FIT BOXE	Auguste	Entière	13
	20h45	STEP	Mélanie	Entière	23
Mercredi	9h00	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	10h00	GYM DOUCE	Patricia	Entière	COMPLET
	11h00	FIT GYM	Mélanie	Entière	6
	18h30	FIT GYM	Fabrice	Entière	15
	19h30	Renfo. Musc. Homme	Fabrice	Entière	17
	20h30	CIRCUIT TRAINING	Fabrice	Entière	27
Jeudi	9h	STRETCHING	Patricia	Entière	8
	10h	STRETCHING	Patricia	Entière	COMPLET
	11h	PAS - Prévention Active Santé	Fabrice	NOUVEAU	8
	18h30	GYM DOUCE	Fabrice	Demi salle	5
	19h30	STRETCHING	Fabrice	Demi salle	9
Vendredi	9h30	FIT GYM	Cyrille	Entière	COMPLET
	10h30	FIT GYM	Cyrille	Entière	13
Samedi	9h30	CAF - Cuisses, Abdos, Fessiers	Cyrille	Entière	4
	10h30	PILATES	Cyrille	Entière	7
	11h30	ZUMBA-FITNESS	Mélanie	Entière	16

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