

Jour	Horaire	Cours	Professeur	Salle	au 08/10
<b>Lundi</b>	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	1
	19h15	STRETCHING	Patricia	Demi salle	5
<b>Mardi</b>	9h	STRETCHING	Cyrille	Entière	1
	10h	STRETCHING	Cyrille	Entière	COMPLET
	15h30	PAS - Prévention Active Santé	Patricia	Entière	2
	16h30	GYM DOUCE	Patricia	Entière	18
	17h30	PILATES	Patricia	Entière	3
	18h45	FIT GYM	Auguste	Entière	13
	19h45	FIT BOXE	Auguste	Entière	11
	20h45	STEP	Mélanie	Entière	22
<b>Mercredi</b>	9h00	PILATES	Patricia	Entière	COMPLET
	10h00	GYM DOUCE	Patricia	Entière	COMPLET
	11h00	FIT GYM	Mélanie	Entière	7
	18h30	FIT GYM	Fabrice	Entière	15
	19h30	Renfo. Musc. Homme	Fabrice	Entière	12
	20h30	CIRCUIT TRAINING	Fabrice	Entière	26
<b>Jeudi</b>	9h	STRETCHING	Patricia	Entière	7
	10h	STRETCHING	Patricia	Entière	COMPLET
	11h	PAS - Prévention Active Santé	Fabrice	<b>NOUVEAU</b>	7
	18h30	GYM DOUCE	Fabrice	Demi salle	4
	19h30	STRETCHING	Fabrice	Demi salle	8
<b>Vendredi</b>	9h30	FIT GYM	Cyrille	Entière	COMPLET
	10h30	FIT GYM	Cyrille	Entière	11
<b>Samedi</b>	9h30	CAF - Cuisses, Abdos, Fessiers	Cyrille	Entière	3
	10h30	PILATES	Cyrille	Entière	7
	11h30	ZUMBA-FITNESS	Mélanie	Entière	10

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