



PLANNING 2026-2027

Pour le confort de tous, merci d’arriver quelques minutes avant l’horaire indiqué. Afin de préserver une atmosphère calme et harmonieuse, l’accès au cours ne sera possible après le début cours .

LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI		VENDREDI			SAMEDI	
1er Et Droite Salle SURYA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	RDC Salle SAMANA	1er Et Droite Salle SURYA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	RDC Salle SAMANA	1er Et Droite Salle SURYA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	RDC Salle SAMANA	1er Et Droite Salle SURYA	RDC Salle SAMANA	1er Et Droite Salle SURYA	RDC Salle SAMANA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	1er Et Droite Salle SURYA	RDC Salle SAMANA
9h00-10h00 QI GONG Yann		9h30-10h30 PILATES Sylvie			9h30-10h30 PILATES II Gaelle					9h30-10h30 PILATES II Amandine		9h30-10h30 PILATES Louise		9H00-10H30 ASHTANGA YOGA Silvia	9H30-10H30 PILATES Léo / Gaelle
10h30-11h30 VINYASA YOGA Silvia			10h30-11h30 MEDITATION HEARTFULNESS		10H30-11H30 PILATES Gaelle	10h00-11h00 VINYASA YOGA Silvia				10H30-11H30 PILATES Amandine				10h30-11h30 VINYASA YOGA Silvia	10H30-11H30 PILATES Léo / Gaelle
			11h30-12h30 HATHA YOGA Alexis						11h30-12h30 YIN YOGA Alexis						
12h15-13h30 ASHTANGA YOGA Silvia		12h30-13h30 PILATES Sylvie	12h30-13h30 VINYASA YOGA Alexis		12h30-13h30 PILATES Sylvie	12h15-13h30 ASHTANGA YOGA Silvia				12H30-13H30 PILATES Léo	12H30-13H30 KUNDALINI YOGA Nathalie				
		17h30-18h30 PILATES Amandine	17h30-18h30 YIN YOGA Marion		17h30-18h30 PILATES Léo			17h30-18h30 TRAINING FONCTIONNEL Léo		17h30-18h30 PILATES Chloé	17h30-18h30 YIN YOGA Elodie	17H30-18H30 PILATES Léo	17h30-18h30 HATHA YOGA Olivier		
18h30-19h30 HATHA YOGA Alexis	18h00-19h00 PILATES Chloé	18h30-19h30 PILATES Amandine	18h30-19h30 YIN YOGA Marion	18h00-19h00 HATHA YOGA Chiara	18h30-19h30 PILATES Léo	18h30-19h30 YIN YOGA Alexis	18h00-19h00 YOGA DU DOS Elodie	18h30-19h30 PILATES Léo	18h00-19h00 VINYASA YOGA Silvia	18h30-19h30 PILATES Chloé		18H30-19H30 PILATES Léo	18h30-19h30 HATHA YOGA Olivier		
19h30-20h30 VINYASA YOGA Alexis	19h00-20h00 PILATES Chloé	19h30-20h30 PILATES II Amandine	19h30-20h30 YIN YOGA Marion	19H00-20H00 VINYASA YOGA Chiara	19h30-20h30 PILATES Léo		19h00-18h00 YOGA DU DOS Elodie	19h30-20h30 PILATES Léo	19H00-20H15 ASHTANGA YOGA Silvia	19h30-20h30 PILATES II Chloé					
						19h45-20h45 TANTRA YOGA DANSE Nathalie									

QI GONG

YIN YOGA

HATHA YOGA

YOGA DU DOS

TANTRA YOGA DANSE

KUNDALINI YOGA

VINYASA YOGA

ASHTANGA YOGA

PILATES

TRAINING FONCTIONNEL

Pour une meilleure organisation, les réservations, annulations et modifications de cours s’effectuent exclusivement via l’application Xplor Active.
Les annulations sont possibles jusqu’à 4h avant le début du cours ; les réservations peuvent être effectuées jusqu’à 30 jours à l’avance et jusqu’à l’heure de démarrage du cours.