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

1er Et Droite Salle SURYA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	RDC Salle SAMANA
9h00-10h00 QI GONG Yann		9h30-10h30 PILATES Sylvie
10h30-11h30 VINYASA YOGA Silvia		
12h15-13h30 ASHTANGA YOGA Silvia		12h30-13h30 PILATES Sylvie
	18h00-19h00 PILATES Chloé	17h30-18h30 PILATES Amandine
18h30-19h30 HATHA YOGA Alexis		18h30-19h30 PILATES Amandine
19h30-20h30 VINYASA YOGA Alexis	19h00-20h00 PILATES Chloé	19h30-20h30 PILATES II Amandine

MARDI

1er Et Droite Salle SURYA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	RDC Salle SAMANA
		9h30-10h30 PILATES II Gaelle
10h30-11h30 MEDITATION HEARTFULNESS		10H30-11H30 PILATES Gaelle
11h30-12h30 HATHA YOGA Alexis		
12h30-13h30 VINYASA YOGA Alexis		
17h30-18h30 YIN YOGA Marion	18h00-19h00 HATHA YOGA Chiara	17h30-18h30 PILATES Léo
18h30-19h30 YIN YOGA Marion		18h30-19h30 PILATES Léo
19h30-20h30 YIN YOGA Marion	19H00-20H00 VINYASA YOGA Chiara	

MERCREDI

1er Et Droite Salle SURYA	1er Et Gauche Salle CHANDRA	RDC Salle SAMANA
10h00-11h00 VINYASA YOGA Silvia		
12h15-13h30 ASHTANGA YOGA Silvia		
18h30-19h30 YIN YOGA Alexis	18h00-19h00 YOGA DU DOS Elodie	17h30-18h30 TRAINING FONCTIONNEL Léo
19h45-20h45 TANTRA YOGA DANSE Nathalie	19h00-20h00 YOGA DU DOS Elodie	18h30-19h30 PILATES Léo
		19h30-20h30 PILATES Léo

JEUDI

1er Et Droite Salle SURYA	RDC Salle SAMANA
	9h30-10h30 PILATES II Amandine
	10H30-11H30 PILATES Amandine
11h30-12h30 YIN YOGA Alexis	
	12H30-13H30 PILATES Léo
18h00-19h00 VINYASA YOGA Silvia	17h30-18h30 PILATES Chloé
19H00-20H15 ASHTANGA YOGA Silvia	18h30-19h30 PILATES Chloé
	19h30-20h30 PILATES II Chloé

VENDREDI

1er Et Droite Salle SURYA	RDC Salle SAMANA	1er Et Gauche Salle CHANDRA
	9h30-10h30 PILATES Louise	
12H30-13H30 KUNDALINI YOGA Nathalie		
18h00-19h00 HATHA YOGA Olivier	18H00-19H00 PILATES Léo	17h30-18h30 YIN YOGA Elodie

SAMEDI

1er Et Droite Salle SURYA	RDC Salle SAMANA
9H00-10H30 ASHTANGA YOGA Silvia	9H30-10H30 PILATES Léo / Gaelle
10h30-11h30 VINYASA YOGA Silvia	10H30-11H30 PILATES Léo / Gaelle

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.