

## Planning des activités de Mars à Août 2026

Il est nécessaire d'être inscrit avant de participer à un cours, contact par mail à [afrolemps@gmail.com](mailto:afrolemps@gmail.com) ou par tél le mercredi uniquement 06 87 37 13 90

Mars 2026	Avril 2026	Mai 2026	Juin 2026	juil. 2026	Aout 2026
<b>1 DIM</b>	Cours ind.Piano 13h 1 MER Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>1 VEN</b> Fête du travail	Cours ind. Guitare 17h 1 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	<b>1 JEU</b>	<b>1 DIM</b>
2 LUN Couture 16h	2 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>2 SAM</b>	2 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	2 VEN	2 LUN
3 MAR	3 VEN Patine de 14h à 17h	<b>3 DIM</b>	Cours ind.Piano 13h 3 MER Yoga Charlotte 18h	<b>3 SAM</b>	3 MAR
4 MER	<b>4 SAM</b>	Cours ind. Guitare 17h 4 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	4 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>4 DIM</b>	4 MER
5 JEU	<b>5 DIM PÂQUES</b>	5 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	5 VEN Patine de 14h à 17h	5 LUN	5 JEU
6 VEN	<b>6 LUN L. DE PÂQUES</b>	6 MER Cours ind.Piano 13h Yoga Yolande 20h	<b>6 SAM</b>	6 MAR	6 VEN
<b>7 SAM</b>	7 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	7 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>7 DIM</b>	7 MER	<b>7 SAM</b>
<b>8 DIM</b>	Cours ind.Piano 13h 8 MER Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>8 VEN VICTOIRE 1945</b>	Cours ind. Guitare 17h 8 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	8 JEU	<b>8 DIM</b>
Cours ind. Guitare 17h 9 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	9 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>9 SAM</b>	9 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	9 VEN	9 LUN
10 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	10 VEN	<b>10 DIM</b>	10 MER Yoga Charlotte 18h	<b>10 SAM</b>	10 MAR
Cours ind.Piano 13h 11 MER Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>11 SAM</b>	Cours ind. Guitare 17h 11 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	11 JEU	<b>11 DIM</b>	11 MER
12 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>12 DIM</b>	12 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	12 VEN	12 LUN	12 JEU
13 VEN Chaises tissus 14h	13 LUN Cours ind. Guitare 17h Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h Couture 16h	Cours ind.Piano 13h 13 MER Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>13 SAM</b>	13 MAR	13 VEN
<b>14 SAM</b>	14 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	<b>14 JEU ASCENSION</b>	<b>14 DIM</b>	14 MER	<b>14 SAM</b>
<b>15 DIM</b>	15 MER Cours ind.Piano 13h Yoga Yolande 20h	15 VEN	Cours ind. Guitare 17h 15 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	15 JEU	<b>15 DIM</b>
Cours ind. Guitare 17h 16 LUN Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	16 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>16 SAM</b>	16 MAR	16 VEN	16 LUN
17 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	17 VEN	<b>17 DIM</b>	17 MER Yoga Charlotte 18h	<b>17 SAM</b>	17 MAR

18 MER Cours ind. Piano 13h Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>18 SAM</b> Atelier en familles PM	18 LUN Cours ind. Guitare 17h Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h Couture 16h	18 JEU	<b>18 DIM</b>	18 MER
19 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>19 DIM</b>	19 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	19 VEN Spectacle intimiste 18h à 23h	19 LUN	19 JEU
20 VEN Chaises tissus 14h	20 LUN Yoga sur Chaise 10h	20 MER Cours ind. Piano 13h Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>20 SAM</b> Atelier écriture de 10h à 18h	20 MAR	20 VEN
<b>21 SAM</b>	21 MAR	21 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>21 DIM</b> Atelier écriture de 10h à 12h	21 MER	<b>21 SAM</b>
<b>22 DIM</b>	22 MER Yoga Charlotte 18h	22 VEN Patine de 14h à 17h	22 LUN	22 JEU	<b>22 DIM</b>
23 LUN Cours ind. Guitare 17h Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h Couture 16h	23 JEU	<b>23 SAM</b>	23 MAR	23 VEN	23 LUN
24 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	24 VEN	<b>24 DIM</b> PENTECÔTES	24 MER	<b>24 SAM</b>	24 MAR
25 MER Cours ind. Piano 13h Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>25 SAM</b>	<b>25 LUN</b> L. DE PENTECÔTE	<b>25 JEU</b>	<b>25 DIM</b>	25 MER
26 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>26 DIM</b>	26 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20	26 VEN	26 LUN	26 JEU
27 VEN	27 LUN	27 MER Cours ind. Piano 13h Yoga Charlotte 18h Yoga Yolande 20h	<b>27 SAM</b>	27 MAR	27 VEN
<b>28 SAM</b> Atelier en familles PM	28 MAR	28 JEU Yoga Yolande 18h30	<b>28 DIM</b>	28 MER	<b>28 SAM</b>
<b>29 DIM</b>	29 MER	29 VEN	29 LUN	29 JEU	
30 LUN Cours ind. Guitare 17h Yoga sur Chaise 10h Gym mémoire 14h	30 JEU	<b>30 SAM</b>	30 MAR	30 VEN	
31 MAR Pilates 12h15 Pilates 20h20		<b>31 DIM</b> Fêtes des mères	31 MER	<b>31 SAM</b>	

a confirmer suivant le nombre de participants