

PLANNING 2025/2026



PLANNING YOGA / PILATES

<i>Horaires</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
09h30 / 10h30			RENFO MUSCULAIRE		
10h30 / 11h30	YOGA DOUX		GYM DU DOS		SOPHROLOGIE
12h30 / 13h15			RENFO MUSCULAIRE		RENFO MUSCULAIRE
17h30 / 18h30	VINYASA YOGA	RENFO MUSCULAIRE	HATHA DOUX	YOGA DOUX	SOPHROLOGIE
18h30 / 19h30	VINYASA YOGA	RENFO MUSCULAIRE	YOGA DOUX	VINYASA YOGA	
19h30 / 20h30		GYM DU DOS			

\* Ce planning peut-être évolutif en fonction de la demande

PLANNING 2025 / 2026



PLANNING AQUA'

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09h15	AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	<b>BÉBÉ NAGEUR</b> 9H00 9H30 10H00 10H30 11H00  <b>AQUA KIDS</b> 11H45 12H15 1 WEEK-END / MOIS  <b>COURS PARTICULIERS</b>  <b>DE 14H00 À 18H00</b>  1 WEEK-END / MOIS
10h15	AQUA' GYM	AQUA' DOUX	AQUA' TRAINING	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	
11h15	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO				
12h30	AQUA' TRAINING	AQUA' VÉLO	AQUA' COMBAT	AQUA' VÉLO	AQUA' TRAINING	
15h00	AQUA' GYM		AQUA' GYM / AQUA' VÉLO		AQUA' GYM	
16h00	AQUA' GYM / AQUA' VÉLO		AQUA' DOUX		AQUA' VÉLO	
17h30	AQUA' TRAINING	AQUA' VÉLO	AQUA' GYM	AQUA' COMBAT / AQUA' VÉLO	AQUA' VÉLO	
18h30	AQUA' VÉLO	AQUA' TRAINING	AQUA' VÉLO	AQUA' TRAINING	AQUA' GYM	
19h30			AQUA' COMBAT	AQUA' VÉLO		

\* Ce planning peut-être évolutif en fonction de la demande