

Planning

2025 - 2026

sport santé & bien-être



association
— en —
ÉQUILIBRE

MARDI

09h30 - 10h30
Gym douce- Streching
Jennyfer

18H - 19H Pilates
19H - 20H Pilates
Renato

MERCREDI

09H - 10H Vinyasa yoga
Sandra
10H - 11H Pilates
Alexandrine
19H - 20H Vinyasa yoga
Sandra

JEUDI

18H30- 19H30
Sophrologie
Claudia

VENDREDI

09H - 10H Pilates
12H15 - 13H15 Yin yoga
Alexandrine

1 vendredi
par mois
14h - 16h
Feldenkrais
Alexandrine

Sport sur prescription
avec



Nous consulter