



Planning

2025 - 2026

sport santé & bien-être

MARDI

09h30 - 10h30

Gym douce- Stretching
Jennyfer - Centre nautique

18H - 19H Pilates

19H - 20H Pilates

Renato - MJC

MERCREDI

09H - 10H Viniyoga

Sandra - MJC

10H - 11H Pilates

Alexandrine - MJC

19H - 20H Viniyoga

Sandra

Salle des pénitents gris

JEUDI

18H30- 19H30

Sophrologie

Claudia

Centre nautique

09H - 10H Pilates

12H15 - 13H15 Yin yoga

Alexandrine

Centre nautique 2e etage

VENDREDI

1 vendredi
par mois

14h - 16h15

Feldenkrais

Alexandrine

Centre nautique

Sport sur prescription
avec



Nous consulter