

SAISON 2025

PLANNING DES COURS*

*Le planning est susceptible d'évoluer légèrement en fonction des inscriptions.

Pensez à consulter les infos actualisées en temps réel sur Facebook, Instagram et sur ce site.



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
	COMPLET ! Pilates + stretching 8h45-10h			
A partir du 16/09 Gym d'entretien (adultes) 9h-10h		Classique 1 ^{ère} année (8 ans) 9h30-10h30	A partir du 16/09 Stretching 9h-10h	
A partir du 16/09 Renforcement musculaire (adultes) 10h-11h	NOUVEAU ! Gym Ball (dès 16 ans) 10h-11h			
		NOUVEAU ! Contemporain enfants (8-10 ans) 10h30-11h30		
		Classique 2 ^{ème} et 3 ^{ème} années (9-10 ans) 11h30-12h30		
		Junior move (9-12 ans) 15h30-16h30		
		COMPLET ! Kids move (4-8 ans) 16h30-17h30		
Classique éveil (4-5 ans) 17h-17h45		NOUVEAU ! Gym Ball (dès 16 ans) 17h30-18h30		Taekwondo (5-7 ans) 17h15-18h15
Classique initiation (6-7 ans) 17h45-18h30	Jazz débutants (8-12 ans) 17h30-18h30			
Classique ados 18h30-19h45	Jazz niveaux 1-2 (13-17 ans) 18h30-19h30	COMPLET ! Zumba (dès 14 ans) 18h30-19h30	Yoga 18h30-19h45	Taekwondo (8-11 ans) 18h15-19h15
COMPLET ! Lady style 19h45-20h45	Barre au sol (ado-adultes) 19h30-20h30	COMPLET ! Renforcement musculaire et cardio (dès 16 ans) 19h30-20h30		Taekwondo (12-16 ans) 19h15-20h15
COMPLET ! Cabaret 20h45-21h30	Modern jazz (ado-adultes dès 16 ans) 20h30-21h45	COMPLET ! Pilates 20h30-21h30	Yoga 19h45-21h	