



Planning des activités 2025-2026

VACANCES Les cours commenceront le lundi 8 septembre 2025 et arrêteront le vendredi 26 juin 2026, ils dureront 34 semaines. Il n'y aura pas de cours pendant les vacances scolaires ; les jours fériés et le pont du 15 mai 2026.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		GDMA9 GYM DOUCE 9H00 - 9H55 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	YOME9 YOGA 9H00 - 10H15 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	GDJE9 GYM DOUCE 9H00 - 9H55 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	GDVE9 GYM DOUCE 9H00 - 9H55 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE
	STLU10 STRETCHING 10H15 - 11H10 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE	YYMA10 YIN YOGA 10H00 - 11H15 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	GDME10 GYM DOUCE 10H15 - 11H10 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	YOJE10 YOGA 10H00 - 11H15 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	YYVE10 YIN YOGA 10H00 - 11H15 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE
	RFLU11 RENFO FAC 11H15 - 12H10 30 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE	SGMA11 SIT GYM 11H15 - 12H10 15 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	EQME11 EQUILIBRE 11H15 - 12H10 15 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE		SGVE11 SIT GYM 11H15 - 12H10 15 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE
	PILU12 PILATES 12H15 - 13H10 25 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE			RYJE12 RESTORATIF YOGA 12H15-13H30 15 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	
				YOJE13 YOGA 13H30 - 14H45 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	YYVE13 YIN YOGA 13H30 - 14H45 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE
					YOVE14 YOGA 14H45 - 16H00 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE
			YYME17 YIN YOGA 17H00 -18H15 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	STJE17 STRETCHING 17H30-18H25 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE	
	RFLU18 RENFO FAC 18H00 -18H55 30 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE	ZUMA18 ZUMBA 18H30 -19H25 30 personnes max SALLE EVOLUTION PAUL DOUMER CELINE	YOME18 YOGA 18H15 -19H30 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	ZUJE18 ZUMBA 18H30-19H25 30 personnes max SALLE EVOLUTION PAUL DOUMER CELINE	
	HILU19 HIIT /ABDO 19H00 -19H55 30 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE	CFMA19 COCKTAIL FITNESS 19H30 -20H25 30 personnes max SALLE EVOLUTION PAUL DOUMER CELINE	YYME19 YIN YOGA 19H30 -20H45 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	CFJE19 COCKTAIL FITNESS 19H30-20H25 30 personnes max SALLE EVOLUTION PAUL DOUMER CELINE	
	STLU20 STEP 20H00-20H55 25 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER CELINE				

 SPORT BIEN ETRE  SPORT TONIFIANT  SPORT ACTIF

DUREE DES COURS : 55 Minutes pour les cours ; 1H15mn Yoga et Yin Yoga

RENTREE : le LUNDI 8 septembre 2025

FIN DE LA SAISON : le VENDREDI 26 juin 2026