

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 COMPLET MURIELLE	YOME9 YOGA 9H00 - 10H15 COMPLET MURIELLE	GDJE9 GYM DOUCE 9H00 - 9H55 COMPLET MURIELLE	GDVE9 GYM DOUCE 9H00 - 9H55 COMPLET MURIELLE
	STLU10 STRETCHING 10H15 - 11H10 COMPLET CELINE	YYMA10 YIN YOGA 10H00 - 11H15 COMPLET MURIELLE	GDME10 GYM DOUCE 10H15 - 11H10 COMPLET MURIELLE	YOJE10 YOGA 10H00 - 11H15 COMPLET MURIELLE	YYVE10 YIN YOGA 10H00 - 11H15 COMPLET MURIELLE
	RFLU11 RENFO FAC 11H15 - 12H10 COMPLET CELINE	SGMA11 SIT GYM 11H15 - 12H10 15 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE	EQME11 EQUILIBRE 11H15 - 12H10 COMPLET MURIELLE		SGVE11 SIT GYM 11H15 - 12H10 COMPLET MURIELLE
	PILU12 PILATES 12H15 - 13H10 COMPLET CELINE			RYJE12 RESTORATIF YOGA 12H15-13H30 COMPLET MURIELLE	
				YOJE13 YOGA 13H30 - 14H45 COMPLET MURIELLE	YYVE13 YIN YOGA 13H30 - 14H45 COMPLET 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	YOVE14 YOGA 14H45 - 16H00 35 personnes max SALLE POLYVALENTE P.DOUMER MURIELLE
	RFLU18 RENFO FAC 18H00 - 18H55 COMPLET CELINE	ZUMA18 ZUMBA 18H30 - 19H25 COMPLET CELINE	YOME18 YOGA 18H15 - 19H30 COMPLET 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 COMPLET 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