

Planning Sportif Adultes à partir de 16 ans 2026-2027

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9h15 – 10h15 Body Soft <u>Dojo</u>			9h15 – 10h15 Pilates <u>Dojo</u>	9h30 – 10h30 Danse Sévillane <u>Salle de danse</u>
	10h15 – 11h15 Mobilité & Pilates <u>Dojo</u>	10h15 – 11h15 Yoga Asthanga <u>Dojo</u>		10h15 – 11h15 Stretching <u>Dojo</u>	10h30 – 11h30 Danse Flamenco <u>Salle de danse</u>
18h30 – 19h30 Body Fit <u>Salle de danse</u>	18h15 – 19h15 Yoga Asthanga <u>Salle de danse</u>		18h – 19h Gym Form <u>Salle de danse</u>		
19h30 – 20h30 HIip Hop <u>Salle de danse</u>			19h – 20h Pilates <u>Salle de danse</u>		
18h30 – 20h30 Badminton <u>Gymnase</u>		18h45 – 19h45 Body Relax <u>Salle de danse</u>	18h30 – 20h30 Badminton <u>Gymnase</u>		
		19h45 – 20h45 Moderne Danse Adultes <u>Salle de danse</u>			
Laurie	Léa	Véronique	Béatrice	Marion	Baptiste