

ACTIVITES SANTE BIEN ETRE

CAV 2026 / 2027

	MARCHE NORDIQUE		GYM BIEN-ETRE						RUNNING LOISIR
	Douce 	Loisir & confirmé 	Pilates Swissball 	Pilates confirmé 	Pilates 	Stretching Gym douce 	Hatah Yoga 	Fitness loisir 	Débutant & loisir 
Lundi		9h15 - 11h15	19h10 - 20h10 Clara		18h00 - 19h00 Pilates Clara	20h20 - 21h20 Stretching relaxation Pauline		18h45 - 20h00	9h30 - 11h00 18h30 - 20h00
Mardi	9h30 - 11h00	18h45 - 20h30							18h30 - 20h00
Mercredi				19h00 - 20h00 Clara	9h30 - 10h30 Pilates Clara				9h30 - 11h00 17h15 - 18h30 18h30 - 20h00
Jeudi		18h45 - 20h30			18h00 - 19h00 Pilates Clara	10h30 - 11h30 Gym douce Pauline	19h15 - 20h30 Angélique	18h45 - 20h00	18h30 - 20h00
Vendredi		9h15 - 11h15							18h30 - 20h00
Samedi		9h00 - 11h00							9h30 - 11h00