



ART & SPORT + partenaires

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h	9h-11h 	9h BA BEST AGE		8h15 Small Group (privé)	9h MOBILITE « DOS CALME »	Stages Voir Calendrier des stages
10h 10h15	9h30 PILATES	10h15 YOGA AERIEN	10h-11h Yoga aérien Parent/enf (1 atelier/mois)	9h30 BODYART		
12h15	12h15 BODYART					
14h00	14h30 – 16h15* Marche Nordique Horaire hiver Mi Oct à Avril	14h-15h Small Group (privé)		14h30-16h QI GONG Nadine -partenaire A&S		
15h30						
	17h45 19h30 Marche Nordique Sept à mi oct + Avril à juillet					
17h45	17h45 DEEPWORK	17h30 YOGA AERIEN (interm)			17h45 BODYART (50') XROSS (BAX)	
18h15 18h30 19h00	19h00 BODYART	18h35 YOGA AERIEN	18h30 BODYART YIN	18h15 -19h30 YOGA Philippe Abyasa yoga Partenaire A&S	19h00 Relax Hamac	
19h45 20h15		19h45 BODYART	19h45 YOGA AERIEN (8 hamacs)		20h00	