

PLANNING 2026 - 2027				
<b>Lundi</b>	Fitness	18h 40 – 19h 40	Salle Aragon (b)	Animé par Sylvain
	Pilates	19h 00 – 20h 00	Salle de la Maraichère (a)	Animé par Sandra
<b>Mardi</b>	Fitness	14h 30 – 15h 30	Salle du Profac	Animé par Jean
	<b>Nouveau ! : Pilates</b>	<b>17h00 – 18h 00</b>	Salle Aragon (b)	Animé par Thomas
	Step	18h 00 – 19h 00	Salle Aragon (b)	Animé par Thomas
	Pilates	19h 00 – 20h 00	Salle Aragon (b)	Animé par Fabien
<b>Mercredi</b>	Stretching	16h 30 – 17h 30	Salle Aragon (b)	Animé par Fabien
	Pilates	17h 30 – 18h 30	Salle Aragon (b)	Animé par Fabien
	Danse en ligne Débutant **	18h 30 – 19h 30	Salle Aragon (b)	Animé par Karine
	Danse en ligne Intermédiaire	19h 30 – 20h 00	Salle Aragon (b)	Animé par Karine
<b>Jeudi</b>	Fitness	18h 40 – 19h 40	En attente nouvel animateur /	Information à venir
	Zumba	19h 45 – 20h 45	En attente nouvel animateur /	Information à venir
<b>Samedi</b>	Marche Nordique	11h 00– 12h 30	Sorges ou Ardoisières	Animé par Nicolas

*a) si Fitness déplacé à la maraichère changement horaire : cours de Fitness de 18h30 à 19h 30 suivi du Pilates de 19h30 à 20h30*

*b) cours à la salle de la Maraichère si salle Aragon occupée.*

*\*\*possibilité de continuer le cours débutant par une ½ heure de cours plus soutenu afin de permettre à chacun de progresser.*