

PLANNING 2026/2027

LUNDI		MARDI	MERCREDI		JEUDI			VENDREDI	SAMEDI
SYLVIA	SIMON	SYLVIA	SYLVIA	BÉNÉ	SYLVIA	BÉNÉ	SIMON	SYLVIA	SYLVIA
	9H-10H PILATES DÉBUTANTS <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL	9h-10H BARRE AU SOL ARC EN CIEL	08H45-9h45 DE GASQUET AB/DOS N4 SAUVET		8H45-9H45 YOGA /STRETCH ZOOM	9h-10h YOGA YIN <u>SPORT SANTE</u> UCK DANSE		8H45-9H45 PILATES INTER <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL	9H-10H BALLON SUISSE SAUVET
	10H-11H GYM SÉNIORS <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL	10H-11H PILATES DE GASQUET P.M. INTER ARC EN CIEL	9h45-10H45 PILATES Petit matériel N4 SAUVET		10H-11H PILATES/ DE GASQUET P.M. INTER ARC EN CIEL	10H00-11H00 YOG'ATTITUDE <u>SPORT SANTE</u> UCK DANSE		10H-11H GYM SUR CHAISE <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL	10H-11H PILATES - DE GASQUET AB/DOS P.M. N 3-4 SAUVET
	11H-12H30 FUSION ARC EN CIEL	11H-12H VITAL ARC EN CIEL	11h-12h DE GASQUET AB/DOS N3 SAUVET		11h-12h GYM POSTURALE N1 <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL	11h-12h PILATES ROSE SOFT <u>SPORT SANTE</u> UCK DANSE			11H15-12H15 YOGA STRETCH SAUVET
		12H-13H STRETCH EN DOUCEUR ARC EN CIEL	12H-13H VITAL Petit Matériel SAUVET		12H15-13H15 VITAL + ARC EN CIEL	12H00-13H00 YOG'ATTITUDE <u>SPORT SANTE</u> UCK DANSE		11H30-12H30 STRETCH BRIZEUX	12H20-13H20 DE GASQUET N1 <u>SPORT SANTE</u> SAUVET
			13H-14H PILATES Petit matériel N2 SAUVET					12H30-13H30 YOGA FLOW <u>SPORT SANTE</u> BRIZEUX	
		14H-15H DE GASQUET AB/DOS N3 ARC EN CIEL	SAUVET		14H-15H PILATES AINÉES <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL				
		15h30-16h30 GYM SENIOR <u>SPORT SANTE</u> SAUVET			15h-16h GYM POSTURALE N2 ARC EN CIEL				
	16H-17H DE GASQUET AB/DOS N 1-2 <u>SPORT SANTE</u> SAUVET	16H30-17H30 DE GASQUET AB/DOS N3 SAUVET			16H-17H DE GASQUET AB/DOS N1 <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL				
	17H-18H BALLON SUISSE SAUVET							17H30-18H30 PILATES N1-2 <u>SPORTS SANTE</u> RUE DE LA LOI	
		18H-19H PILATES N3 <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL			17H-18H YOG'ATTITUDE <u>SPORTS SANTE</u> ARC EN CIEL			18h30-20h FUSION	
18H30-19H30 DE GASQUET AB/DOS PERINÉE <u>SPORT SANTE</u> ARC EN CIEL		19H-20H PILATES INTER ARC EN CIEL		18H-19H YOG'ATTITUDE <u>SPORTS SANTE</u> ARC EN CIEL					
19H30-20H30 PILATES AVANCE ARC EN CIEL		20H-21H STRETCH ARC EN CIEL							
20H45-21H45 FORCE EQUILIBRE HOMMES ARC EN CIEL									
SAUVET	ZOOM	Rue de la LOI							
ARC EN CIEL	UCK DANSE	BRIZEUX							