






|          |                                      |   |  |                               |  |   |   |   |
|----------|--------------------------------------|---|--|-------------------------------|--|---|---|---|
| lundi    |                                      |   | 12h-12h50<br>Pilates                     | 13h-13h50<br>Pilates prénatal | 14h30-16h30<br>Groupe de parole parents  |   | 18h15-19h30<br>Nathayoga  | 20h-21h30<br>Salsa                      |
| mardi    |                                      |   | 12h-13h<br>Danse Biodynamique            | 13h-14h<br>Hypno relaxation   | 14h30-15h30<br>Sophrologie prénatale   |   | 17h-18h<br>Postural Ball  | 18h30-19h20<br>Méditation               |
| mercredi |                                      |   | 12h-12h50<br>Hatha Yoga                  | 13h-14h<br>Yoga prénatal      |  | 16h30-17h20<br>Pilates pré et post natal  | 17h30-18h20<br>Pilates  | 18h30-19h45<br>Nathayoga                |
|          | 9h30-10h20<br>Baby Gym<br>12-24 mois | 10h30-11h20<br>Baby Gym<br>2-4 ans            |  |                               |  | 15h30-16h20<br>English Kid<br>3-5 ans   | 16h30-17h20<br>Kid Gym<br>3-5 ans   |   |
| jeudi    |                                      | 10h30<br>Weight Watchers                      |  | 12h30<br>Weight Watchers      | 12h40-13h30<br>Aéro Boxe   |   |   | 18h30<br>Weight Watchers                |
|          | 9h30-10h20<br>Baby Gym<br>Ass Mat    | 10h30-11h20<br>Sophrologie<br>Parents - Bébés |  |                               |  | 15h-16h30<br>Yoga post natal<br>0-12 mois   | 17h-18h30<br>Moment Magique<br>6-12 ans   |   |
| vendredi |                                      | 10h30-11h20<br>Pilates                        |  | 12h15-13h30<br>Yoga Pilates   |  | 15h15-16h30<br>Nathayoga  | 17h-18h<br>yoga prénatal  | 18h15-19h30<br>Nathayoga                |
|          | 9h30-10h20<br>Baby Gym<br>12-24 mois | 10h30-11h20<br>Baby Gym<br>2-4 ans            |  |                               |  | 15h-16h30<br>Massage bébé<br>0-12 mois  | 17h30-18h20<br>Massage enfant<br>3-5 ans  |   |
| samedi   | 9h30-10h20<br>Yoga Pilates           | 10h30-11h20<br>Pilates                        | 11h30-12h20<br>Pilates pré et post natal |                               |  |   |   |   |
|          | 9h30-10h20<br>Baby Gym<br>12-24 mois | 10h30-11h20<br>Baby Gym<br>2-4 ans            | 11h30-12h20<br>Baby Gym<br>2-4 ans       |                               |  |  | 16h30-18h30<br>Anniversaires<br>3-6 ans   |   |
| dimanche |                                      | 11h-12h<br>Yoga du rire                       |  |                               |  | 14h-16h<br>Anniversaires<br>3-6 ans   |  | 16h30-18h30<br>Anniversaires<br>3-6 ans |

 Enfants 0-24 mois
  Enfants 2-6 ans
  Enfants + 6 ans
  Adultes (cours mixtes H et F)
  Futures mamans