Saison 2026 / 2027

Flore & Sens
Sport · Santé · Bien-être

Flore & Sens
Sport · Santé · Bien-être

	Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi		
	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching
8h					Pilates Reformer										
9h		Pilates 3		Pilates 1				Pilates Reformer 2		Pilates 1	Pilates Reformer 1	Sophro logie		Pilates 2	Pilates petit Effectif Inter
10h	Yoga postnatal	Be stretched		Lafia	Yoga Iyengar Détente		Danse Enfants Ados	Pilates 1		Lafia	Pilates Reformer 1			Be Stretched	Pilates sur Chaise
11h		Pilates Flow		Pilates 2				Be Stretch		Pilates Flow	Pilates Reformer 2			Pilates 1	Pilates sur Chaise
12h	Yoga Ashtanga	Pilates 2			Pilates Reformer 2			Pilates 1		Pilates 1				Be shaped	
13h		Pilates Reformer 2													
14h							Danse Enfants Ados								
15h						Pilates sur Chaise									
16h						Pilates sur Chaise									
17h		Pilates Reformer 2								Pilates 1				Pilates Reformer 1	
18h	Yoga Prénatal	Pilates Reformer 1		Danse Enfants Ados	Pilates 1			Yoga Iyengar Débutant		Danse Enfants Ados	Pilates Reformer 2		Yoga Aérien		
19h		Pilates Reformer 1			Step		Pilates 1				Pilates 2		Yoga Aérien		
20h	Yoga Ashtanga	Pilates Reformer 2		Danse Adultes	Pilates 2			Yoga Iyengar Inter et avancé		Danse Adultes	Be Stretch				
21h															