

PLANNING ACTIVITÉS 2025-2026

CERCLE
ANIMATION
ARTIGUELOUVE

LUNDI				MARDI				MERCREDI			JEUDI		VENDREDI										
SALLE BLEUE		SALLE PARQUET		SALLE BLEUE		MPT ART.		SALLE CERCLE		SALLE PARQUET		SALLE BLEUE		SALLE PARQUET		MPT ART.		SALLE PARQUET		SALLE CERCLE		A DEFINIR	
		10H00 - 11H00 PILATES								10H00 - 11H00 POSTURAL BALL®				9H00 - 10H00 STRETCHING MOBILITÉ									
16H30 - 17H30 THEATRE		16H30 - 17H30 DANSE Eveil (4-5 ans)		14H00 - 16H00 PATCHWORK				15H45 - 16H45 LOISIRS CRÉATIFS A partir de 7 ans		15H00 - 16H00 SOPHROLOGIE A partir de 16 ans													
17H45 - 18H45 THEATRE		17H30 - 18H15 DANSE Enfants (6-8 ans)																17H30 - 18H15 DANSE ORIENTALE Enfants (7-13 ans)		18H00 - 19H30 COUTURE A partir de 15 ans		18H00 - 19H30 SOPHROLOGIE A partir de 16 ans	
		18H15 - 19H00 JAZZ INTERMÉDIAIRE Enfants				18H30 - 19H30 STEP								18H30 - 19H30 CIRCUIT-TRAINING				18H15 - 19H00 DANSE ORIENTALE Adulte					
19H00 - 20H30 YOGA - PPRM*						19H30 - 20H30 PILATES								19H30 - 20H30 MOBILITÉ									
						20H30 - 22H00 DANSE CONTEMPORAINE						20H30 - 22H00 CHORALE											

*PPRM - Pratique Posturale-Respiration-Méditation