

	Activité	Horaires	Salle	Contact	
Lundi	Hatha Yoga	18h à 19h30 19h45 à 21h15	Pressoir	Mélanie Grisvard : 06 70 44 98 23	
	Pilates	18h30 à 19h30 19h30 à 20h30	Etable	Pauline Lamy : 07 60 39 48 88	
Mardi	Hatha Yoga	10h15 à 11h45	Etable	Mélanie Grisvard : 06 70 44 98 23	
	Pilates	17h30 à 18h30	Etable	Pauline Lamy : 07 60 39 48 88	
	Qi Gong pour tous	18h20 à 19h35	Pressoir	Association Résonance : 02 40 36 99 76	
	Qi Gong pour les femmes	19h45 à 21h			
	Voyage sonore (1/mois)	20h à 21h00	Etable	Elodie Germain : 06 83 43 93 10	
Mercredi	Sophrologie (2/mois)	9h30 à 10h30	Etable	Magalie Michaud : 06 65 51 45 17	
	Qi Gong pour les femmes	9h20 à 10h35	Pressoir	Association Résonance : 02 40 36 99 76	
	Qi Gong séniors	10h45 à 11h45			
	Multidanza	14h à 15h	Pressoir	Noëlla Simon : 06 27 42 12 30	
	Gym loisirs	15h à 15h 45			
	Méditation	18h à 19h	Etable	Julie Faverot : 06 64 03 57 01	
	Kundalini yoga	19h à 20h			
	Nia	19h à 20h	Pressoir	Agnès Ternet : harmo-nia@gmail.com	
	Sophrologie (2/mois)	20h30 à 21h30	Etable	Magalie Michaud : 06 65 51 45 17	
	Biodanza	20h15 à 22h15	Pressoir	Isabelle Douillard : 06 50 26 16 88	
	Jeudi	Hatha yoga	10h15 à 11h45	Etable	Mélanie Grisvard : 06 70 44 98 23
		Pilates	14h à 15h	Etable	Pauline Lamy : 07 60 39 48 88
		Streching	17h30 à 18h30	Etable	Marie-France Cormerais : 06 69 76 90 92
Wutao		18h30 à 19h30			
Savita Yoga		18h15 à 19h30	Pressoir	Martine Croué : 06 08 16 07 84	
Voyage sonore (1/mois)		20h à 21h00	Etable	Elodie Germain : 06 83 43 93 10	
Multidanza		20h à 21h	Pressoir	Noëlla Simon : 06 27 42 12 30	
Gym douce		21h à 22h			
Vendredi	Pilates	10h à 11h	Etable	Pauline Lamy : 07 60 39 48 88	
	Pilates femmes enceintes	11h à 12h	Etable		
	Hatha Yoga	15h à 16h15 16h30 à 17h45 18h à 19h15	Etable	Evelyne Suaud : 06 89 92 78 29	
	Chant intuitif (1/mois)	20h à 21h30	Etable	Elodie Germain : 06 83 43 93 10	

	Activité	Horaires	Salle	Contact
	Danse libre (1/mois)	20h15 à 22h15	Pressoir	Murielle Sitbon : 06 63 65 68 28