

	Activité	Horaires	Salle	Contact
Lundi	Sophrologie (2 fois par mois)	12h30 à 13h30	Etable	Magalie Michaud : 06 65 51 45 17
	Hatha Yoga	18h à 19h30 19h45 à 21h15	Pressoir	Mélanie Grisvard : 06 70 44 98 23
	Pilates	17h30 à 18h30 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
	Nia	12h15 à 13h15	Pressoir	Agnès Ternet : harmo-nia@gmail.com
	Pilates	17h00 à 18h00 18h00 à 18h45	Etable	Pauline Lamy : 07 60 39 48 88
	Sophrologie (2 fois par mois)	19h à 20h	Etable	Anne Le Berre : 06 60 73 09 31
	Qi Gong pour tous	18h20 à 19h35	Pressoir	Association Résonance : 02 40 36 99 76
	Qi Gong pour les femmes	19h50 à 21h		
Mercredi	Sophrologie (2 fois par 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
	Flow danza	15h à 15h30		
	Mouv'n sing	15h45 à 16h45		
	Méditation	18h15 à 19h	Etable	Julie Faverot : 06 64 03 57 01
	Kundalini yoga	19h à 20h15		
	Nia	19h à 20h	Pressoir	Agnès Ternet : harmo-nia@gmail.com
	Biodanza	20h15 à 22h15	Pressoir	Vincent Bricaud: 06 37 56 21 08
Sophrologie (2 fois par mois)	20h30 à 21h30	Etable	Magalie Michaud : 06 65 51 45 17	
Jeudi	Hatha yoga	10h15 à 11h45	Etable	Mélanie Grisvard : 06 70 44 98 23
	Stretching	17h30 à 18h30	Etable	Marie-France Cormerais : 06 69 76 90 92
	Wutao	18h30 à 19h30		
	Chorale Chorus United	20h à 21h30	Etable	Sara : 06 09 42 79 02
	Savita Yoga	18h15 à 19h45	Pressoir	Martine Croué : 06 08 16 07 84
	Multidanza	20h à 21h	Pressoir	Noëlla Simon : 06 27 42 12 30
	Flow danza	21h à 21h30		
Vendredi	Pilates	10h à 11h	Etable	Pauline Lamy : 07 60 39 48 88
		12h30 à 13h30		
		13h45 à 14h45		