

# Horaires 2023/2024

## Début des cours

### Lundi 18 septembre 2023

#### Lundi

9h-10h	<u>Badines</u>	TT	STEP et SCULPT	Valéry
10h15-11h15	<u>Badines</u>	Dojo	PILATES/RELAXATION	Valéry
19h15-20h15	<u>Badines</u>	Dojo	FULL-BODY	Valéry

#### Mardi

9h-10h15	<u>Badines</u>	Dojo	Renforc <sup>t</sup> musc/Stretch	Thierry
10h30-11h30	<u>Badines</u>	Dojo	Gym Energie Zen	Leigh
19h00-20h	<u>Badines</u>	Dojo	PILATES/RELAXATION	Valéry

#### Mercredi

19h-20h15	<u>Badines</u>	Dojo	Renforc <sup>t</sup> musc/Abdos Fessiers/Stretch	Corentin
19h-20h	<u>Badines</u>	TT	STEP	Elodie

#### Jeudi

9h-10h15	<u>Badines</u>	Dojo	FULL-BODY	Valéry
10h30-11h30	<u>Badines</u>	Dojo	STRETCHING	Valéry
18h45-20h	<u>Badines</u>	TT	Remise en forme	Marie

#### Vendredi

9h-10h15	<u>Badines</u>	Dojo	Gym Douce/STRETCH	Elodie
10h30-11h30	<u>Badines</u>	Dojo	PILATES/RELAXATION	Audrey
18h30-19h30	<u>Badines</u>	Dojo	PILATES/RELAXATION	Jessica

#### Vacances Saison 2023/2024 :

Toussaint (21/10/23 au 05/11/23) :	<i>pas de cours</i> du 30/10/23 au 05/11/23
Noël (23/12/23 au 07/01/24) :	<i>pas de cours</i> du 23/12/23 au 07/01/24
Hiver (17/02/24 au 03/03/24) :	<i>pas de cours</i> du 17/02/24 au 25/02/24
Printemps (13/04/24 au 28/04/24):	<i>pas de cours</i> du 15/04/23 au 21/04/24
Jours fériés mai :	<i>pas de cours</i> le 01/05, le 08/05 et 09/05/24 et Le 20/05/24
Fin des cours le : 28/06/24	