

HORAIRES - Août 2025 - Janvier 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
08h15 - 09h15 FASCIA PILATES Inter - avancé			08h15 - 09h15 FLOW FASCIA (Pilates Séverine)	
09h30 - 10h30 FLOW FASCIA (Pilates Séverine)		09h30 - 10h30 FLOW FASCIA (Pilates Séverine)	9h30 - 10h30 PILATES SENIOR (Pilates Séverine)	
			10h45 - 11h45 PILATES SENIOR (Pilates Séverine)	
		15h00 - 15h45 JUDO (04 - 06 ans)		
16h00 - 17h00 JUDO (07 - 08 - 09 ans)	16h00 - 17h00 JUDO (07 - 08 - 09 ans)	16h00 - 17h00 JUDO (07 - 08 - 09 ans)	16h00 - 17h00 JUDO (07 - 08 - 09 ans)	16h00 - 17h00 SSF - JUDO ASIPE
17h00 - 18h00 JUDO (10 - 11 - 12 ans)	17h00 - 18h00 JUDO (10 - 11 - 12 ans)	17h00 - 18h00 JUDO (10 - 11 - 12 ans)	17h00 - 18h00 JUDO (10 - 11 - 12 ans)	16h30 - 17h30 CONDITION PHYSIQUE (JUDO dès 14 ans)
18h00 - 19h00 JUDO (dès 12 ans)	18h00 - 19h30 JUDO (dès 14 ans)	18h15 - 19h00 CIRCUIT TRAINING (Coach Mendes)	18h00 - 19h30 JUDO (dès 12 ans)	
19h15 - 20h15 CIRCUIT TRAINING (LB Energy Sport - Lisa Baillod)	19h00 - 20h00 JUDO (dès 16 ans)		19h45 - 20h45 CIRCUIT TRAINING (LB Energy Sport - Lisa Baillod)	