

## LUNDI

9h30 45'  
Pilates

10h30 45'  
Yoga

11h30 45'  
Intervalles Training

12h00 11h30  
Cocon de L'Éden  
en accès non privatisé

12h30 45'  
Pilates

15h00 45'  
Yoga  
séniors et femmes  
enceintes

17h15 45'  
Pilates

18h15 45'  
Yoga

19h15 45'  
Pilates

20h15 45'  
Sophrologie

## MARDI

10h15 45'  
Pilates

11h15 45'  
Yoga

12h00 11h30  
Cocon de L'Éden  
en accès non privatisé

12h15 45'  
Intervalles Training

18h15 45'  
Intervalles Training

19h15 45'  
Cours Dansés

20h15 45'  
Intervalles Training

## MERCREDI

12h00 11h30  
Cocon de L'Éden  
en accès non privatisé

12h30 45'  
Sophrologie

19h15 45'  
Intervalles Training

## JEUDI

10h15 45'  
Sophrologie

11h15 45'  
Intervalles Training

12h00 11h30  
Cocon de L'Éden  
en accès non privatisé

12h15 45'  
Pilates

17h30 11h30  
Cocon de L'Éden  
en accès non privatisé

17h30 45'  
Pilates

18h30 45'  
Pilates

20h00 45'  
Outdoor Training

## VENDREDI

10h00 45'  
Pilates

11h00 45'  
Intervalles Training

12h00 11h30  
Cocon de L'Éden  
en accès non privatisé

12h30 45'  
Outdoor Training

