

PLANNING ATELIERS ADULTES 2025-2026

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
LUNDI		YOGA 9H30 - 10h45 CAF Cafés/Juices/Pressés 9H15 - 10H15 GYM D'ENTRETIEN 11H15 - 11H15				AQUARELLE 14H - 17H DESSIN & PEINTURE : TOUTES TECHNIQUES 14H - 16H30					MODELAGE & CÉRAMIQUE 18H30 - 21H30 DESSIN & PEINTURE : TECHNIQUES & BASES 18H30 - 21H THÉÂTRE ADULTES INITIÉS 19H30 - 22H			
MARDI		DESSIN D'OBSERVATION 9H30 - 12H30 MODELAGE & EXPRESSION 9H30 - 12H30 PILATES DOUX 9H - 10H GYM D'ENTRETIEN 10H - 11H QI GONG - TAI CHI CHUAN 9H30 - 10H45 QI GONG 11H - 12H15		BODY FLOW 12H30 - 13H30		AQUARELLE & PASTEL 14H - 17H MODELAGE & SCULPTURE : TECHNIQUES & BASES 14H - 17H DESSIN & PEINTURE : DÉCOUVRIR & DEVELOPPER SON STYLE 14H - 17h PEINTURE & COULEUR : HUILE & ACRYLIQUE 14H - 17H QI GONG 14H - 15H				DESSIN & PEINTURE : TECHNIQUES & BASES 18H30 - 21H CÉRAMIQUE ARTISTIQUE 18H - 20H30 BODY SCULPT 18H15 - 19H15 GYM DYNAMIQUE 19H15 - 20H15 CARDIO DANCE 20H15 - 21H15 QI GONG 18H - 19H YOGA 19H - 20H15 YOGA VINYASA 18H45 - 20H				
MERCREDI										LE VIVANT EN MODELAGE 18H30 - 21H DESSIN & PEINTURE : TECHNIQUES & BASES 18H30 - 21H PILATES 18H30 - 19H30 GYM DYNAMIQUE 19H30 - 20H30 CROSS TRAINING 20H30 - 21H50 THÉÂTRE ADULTES TOUS NIVEAUX 19H30 - 21H30 DANSE CONTEMP. Ados/Adultes 19H30 - 21H				
JEUDI		LE PORTRAIT DESSIN & PEINTURE 9H30 - 12H30 GYM D'ENTRETIEN 9H30 - 10H30 STRETCHING 10H30 - 11H30			YIN YOGA & MÉDITATION SONORE 12H30 - 13H45	MODELAGE & EXPRESSION 14H - 17H PEINTURE & COULEUR : HUILE & ACRYLIQUE 14H - 17H			STEP POWER 18H15 - 19H15 YOGA 18H10 - 19H25 ZUMBA 19H15 - 20H15		SCULPTURE & MODELAGE 18H30 - 21H			
 VENDREDI		GYM D'ENTRETIEN 10H - 11H				CRÉATION EXPRESSION LIBRE 14H - 16H30				CHOEUR DU MONDE 18H - 19H30 PILATES 18H15 - 19H15 PILATES AVANCÉ 19H15 - 20H15	THÉÂTRE ADULTES TOUS NIVEAUX 19H30 - 21H30 DANSE CLASSIQUE Ados/Adultes 20H - 21H15			
SAMEDI		PILATES 9H - 10H												