

# Studio Sport Santé

## Saison 2026 - 2027

18 BD LAROMIGUIERE 12000 RODEZ

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>NEW</b> 10h30 - 12h MARCHE SANTÉ	07h45 - 8h45 QI GONG	<b>NEW</b> 10h30-11h30 GYM DOUCE & STRETCHING	11h - 12h PILATES	<b>NEW</b> 9h00 - 10h00 PILATES
<b>NEW</b> 11h - 12h YOGA	9h30 - 10h30 GYM ADAPTÉE	12h15 - 13h15 PILATES	12h15 - 13h15 PILATES	11h - 12h GYM' APRES CANCER
17h30 - 18h30 QI GONG	11h00 - 12h00 PILATES	17h30 - 18h30 PILATES	<b>NEW</b> 18h30 - 20h MARCHE SANTE	<b>NEW</b> ATELIER REFLEXOLOGIE 1 séance par trimestre
18h30 - 19h30 RELAXATION BIO-DYNAMIQUE	<b>NEW</b> 12h15 - 13h15 REBOOT	<b>NEW</b> 18h30 - 19h30 PILATES FLOW	18h30 - 19h30 PILATES	<b>WEEK END</b>
18h30 - 19h30 MARCHE BUNGY PUMP	18h - 19h POSTURAL BALL	19h30 - 20h30 PILATES	19h30 - 20h30 PILATES	<b>ATELIERS DU WEEK-END</b>
	<b>NEW</b> 19h15 - 20h15 YOGA			

Le planning est susceptible d'être modifié jusqu'à fin Août