

Saison 2026 - 2027

18 BD LAROMIGUIERE 12000 RODEZ

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

Le planning est susceptible d'être modifié en cours d'année