

# Planning 2023

Valable à partir de Mars 2023



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h 10h30 11h						Pilates 10h - 11h
11 h 11h30 12h			Pilates 11h - 12h	Tsunagi - (Maison rose)	Connexion - (Maison rose)	
12h 13h	CC kiné 12h30 - 13h30					Yoga 12h30 - 13h30
13h 13h30 14h						
14h 14h30 15h	Yoga égyptien (Maison rose)		Connexion 14h - 15h	Connexion 14h - 15h	Connexion 14h - 15h	
15h 15h30 16h		Tsunagi - (Maison rose)	Connexion Cancer 15h15 - 16h15	Connexion Cancer 15h15 - 16h15	Connexion Cancer 15h15 - 16h15	
16h 16h30 17h			Kobudo Postural 16h30 - 17h30		Connexion / Karaté (16h30 - 17h30)	
17h 17h30 18h				Karaté enfants 16h30 - 18h		Pilates 17h - 18h
18h 18h30 19h	Connexion/ Yoga 18h15 - 19h15	CC kiné 18h30 - 19h15	Pilates 18h15 - 19h15	Connexion/ pilates 17h45-18h45	Kobudo Postural 17h45 - 18h45	
19h 19h30 20h 20h30	Yoga 19h30 - 20h30	Connexion 19h30 - 20h30	Pilates 19h30 - 20h30	Karaté traditionnel (19h - 20h30)	Honbu Dojo	Connexion 19h30 - 20h30
						Pilates 19h30 - 20h30
						Karaté traditionnel (19h - 20h30)

\* sous réserve de modifications liées à des situations exceptionnelles

\*\* séances réservées sport & cancer



Dojo Genkikan