

Bouger Profiter Se rencontrer

Dimanche

Rendez-vous tous les dimanches du 01.11.2026 au 21.03.2027
(excepté durant les vacances scolaires) sous le préau couvert
de l'École des Promenades, bd des Promenades 24

Offre
hivernal
de novembre 2026
à mars 2027

Yoga

9h-10h

Public:

- Tout public

Lieu/Conditions:

- Dojo - École des Promenades
- Gratuit
- Sans inscription
- Prévoir votre propre tapis

Cross-training

10h-11h

Public:

- Tout public

Lieu/Conditions:

- Salle de gymnastique - École des Promenades
- Gratuit
- Sans inscription

Pilates

11h-12h

Public:

- Tout public

Lieu/Conditions:

- Dojo - École des Promenades
- Gratuit
- Sans inscription
- Prévoir votre propre tapis

Séances encadrées par des monitrices
et moniteurs formés et expérimentés

