

PLANNING FITNESS CLUB CONQUOIS

Saison 2025-2026

Reprise des cours le mardi 16 septembre 2025

à la salle Félix Roquefort de Conques sur Orbiel

Le lundi :

- 17h15-18h15 : Danse classique enfants à **partir de 6 ans** avec Nathalie
- 18h30-19h30 : Abdos fessiers ou body sculpt avec Nathalie
- 19h30-20h30 : Pilates avec Nathalie

Le mardi :

- 10h00-11h00 : Pilates avec Fabienne

Le mercredi :

- 14h30-15h30 : Danse moderne enfants de **7 à 11 ans** avec Nathalie
- 15h30 -16h30 : Initiation à la danse enfants de **3 à 6 ans** avec Nathalie
- 19h00-20h00 : Renforcement musculaire avec Yoan
- 20h00-21h00 : Zumba avec Sylvain

Le jeudi :

- 19h00-19h45 : Fitness ou step avec Caroline
- 19h45-20h45 : Yoga avec Laure

***Pour plus de renseignements,
merci de contacter le 06 81 36 66 16***