

# Planning des cours - saison 2025 - 2026

Reprise des cours : lundi 15 septembre 2025

Lieu des cours : Gymnase Léon Brûlon (salle du 1er étage) – Rue Pierre de Coubertin à St Avertin

|          | MATIN                                                                                                 | SOIR                                                                                |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| LUNDI    |                                                                                                       | 16h15 Hatha-yoga Emilie<br>17h45 Hatha-yoga Emilie<br>19h15 Hatha-yoga Emilie       |
| MARDI    | 10h45 Hatha-yoga Philippe*<br>12h15 Hatha-yoga Philippe*                                              | 17h20 Hatha-yoga Valérie<br>18h40 Hatha-yoga Valérie<br>20h00 Sophrologie Catherine |
| MERCREDI |                                                                                                       | 18h00 Hatha-yoga Bruno<br>19h30 Hatha-yoga Bruno                                    |
| JEUDI    | 9h15 Hatha-yoga séniors Clémence*<br>10h45 Hatha-yoga séniors Clémence*<br>12h15 Hatha-yoga Clémence* | 16h00 Sophrologie Catherine<br>18h00 Hatha-yoga Bruno<br>19h30 Hatha-yoga Bruno     |
| VENDREDI | 9h00 Hatha-yoga Priti<br>10h20 Hatha-yoga Priti                                                       |                                                                                     |

**Durée des cours :** Yoga 1h15 / Sophrologie 1h00

~~Cours~~ = Cours complets

**\*Informations concernant les cours du Mardi matin et Jeudi Matin : Clémence et Philippe animeront ces cours de septembre à décembre 2025. A compter de Janvier 2026, ils seront repris par Laila (à son retour de congés maternité).**