

Expression :

- **Couture (*adulte*) :**
 - Jeudi : 19h - 21h30
- **Poterie - Sculpture (*adulte*) :**
 - Lundi : 18h30 - 20h30
 - Jeudi : 15h30 - 17h30
- **Aquarelle moderne (*adulte*) :**
 - Mardi : 14h45 - 16h45
- **Initiation à la peinture acrylique (*adulte*)**
- **Atelier BD MANGAS (*enfant*) :**
 - Mercredi : 17h - 19h
 - Jeudi : 17h30 - 19h
 - Vendredi : 17h30 - 19h
- **Atelier couture enfants**
- **Dessin - Peinture (*adulte*)**

Sport :

- **Gym douceur et tonicité (*spécial seniors*) :**
 - Mardi : 9h - 10h
 - Jeudi : 10h30 - 11h30
- **Renfo musculaire (*adulte*)**
- **Gym douce type Pilates (*adulte*)**
- **Gym Pilates (*adulte*) :**
 - Mardi : 10h05 - 11h05
 - Mercredi : 18h - 19h30
 - Mercredi : 19h35 - 20h35
- **Sorties montagne (*adulte*) :**
 - Lundi : 13h - 17h
- **Gym Pilates Séniors**
- **Petits acrobates (*enfant*)**
- **Step (*adulte*) :**
 - Mardi : 19h15 - 20h15

- Cardio training (*adulte*)
- Stretching (*adulte*)
- Eveil gymnique (*enfant*) :
 - Vendredi : 17h - 18h
 - Vendredi : 18h - 19h
- Body combat (*adulte*)
- Latino cardio Séniors

Bien-être :

- Feldenkrais (*adulte*) :
 - Mercredi : 18h15 - 19h15
 - Jeudi : 11h - 12h
- Yin Yang Yoga (*adulte*) :
 - Vendredi : 12h30 - 13h30
- Qi Gong (*adulte*)
- Viniyoga (*adulte*) :
 - Mercredi : 17h30 - 19h
- Yoga Vinyasa (*adulte*) :
 - Lundi : 18h - 19h

Danse :

- Danse éveil (*enfant*)
- Danse claquettes (*adulte*) :
 - Mardi : 18h15 - 19h15
- Zumba gold (*spécial séniors*) :
 - Vendredi : 10h30 - 11h30
- K-Pop (*enfant*)
- Danse solo type line dance (*adulte*) :
 - Jeudi : 19h - 20h
 - Vendredi : 14h - 15h
- Danse initiation (*enfant*)

Musique :

- Batterie et percussions (*enfant et adulte*)