

DEC. 2025

ESPACE LIGUE D'AIX EN PROVENCE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

01 14h-15h: Pilâtes 15h-16h: Relaxation	02	03	04 10h-11h: Gym douce 11h-12h: Renf. musculaire 15h-16h: Danse Adaptée 16h-17h: Danse Adaptée	05
08 14h-15h: Pilâtes 15h-16h: Relaxation	09	10	11 10h-11h: Gym douce 11h-12h: Renf. musculaire 15h-16h: Danse Adaptée 16h-17h: Danse Adaptée	12
15 9h-12h: Psychologue 14h-15h: Pilâtes 15h-16h: Relaxation	16	17 9h-12h: Nutrition	18 10h-11h: Gym douce 11h-12h: Renf. musculaire 15h-16h: Danse Adaptée 16h-17h: Danse Adaptée	19
22 14h-15h: Pilâtes 15h-16h: Relaxation	23	24	25 Noël	26
29	30	31		