

Programme découverte Nyon

Vendredi, 01.11.2024

10:00 – 10:50 [Stretching-Relaxation](#)

17:20 – 18:10 [Danse orientale](#)

Samedi, 02.11.2024

Lundi, 04.11.2024

09:15 – 10:05 [Pilates](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

19:30 – 20:10 [Body Sculpt](#)

20:30 – 21:20 [Stretching-Relaxation](#)

Mardi, 05.11.2024

12:30 – 13:20 [Hatha Yoga](#)

14:00 – 14:50 [Aquarelle](#)

15:00 – 15:50 [Aquarelle](#)

18:30 – 19:20 [Salsa, Merengue, Bachata](#)

Mercredi, 06.11.2024

09:00 – 09:50 [Zumba](#)

10:00 – 10:50 [Gym Douce](#)

18:20 – 19:10 [Hatha Yoga](#)

19:20 – 20:10 [Zumba](#)

Jeudi, 07.11.2024

09:30 – 10:20 [Couture](#)

10:10 – 11:00 [Pilates débutant](#)

14:00 – 14:50 [Gymnastique seniors](#)

17:30 – 18:20 [Cardio Toning](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

Vendredi, 08.11.2024

10:00 – 10:50 [Stretching-Relaxation](#)

17:20 – 18:10 [Danse orientale](#)

Samedi, 09.11.2024

Lundi, 11.11.2024

09:15 – 10:05 [Pilates](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

19:30 – 20:10 [Body Sculpt](#)

20:30 – 21:20 [Stretching-Relaxation](#)

Mardi, 12.11.2024

12:30 – 13:20 [Hatha Yoga](#)

18:30 – 19:20 [Salsa, Merengue, Bachata](#)

Mercredi, 13.11.2024

09:00 – 09:50 [Zumba](#)

10:00 – 10:50 [Gym Douce](#)

18:20 – 19:10 [Hatha Yoga](#)

19:20 – 20:10 [Zumba](#)

Jeudi, 14.11.2024

09:30 – 10:20 [Couture](#)

10:10 – 11:00 [Pilates débutant](#)

14:00 – 14:50 [Gymnastique seniors](#)

17:30 – 18:20 [Cardio Toning](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

Vendredi, 15.11.2024

10:00 – 10:50 [Stretching-Relaxation](#)

10:00 – 10:50 [Handlettering](#)

11:00 – 11:50 [Handlettering](#)

17:20 – 18:10 [Danse orientale](#)

Samedi, 16.11.2024

Lundi, 18.11.2024

09:15 – 10:05 [Pilates](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

19:30 – 20:10 [Body Sculpt](#)

20:30 – 21:20 [Stretching-Relaxation](#)

Mardi, 19.11.2024

14:00 – 14:50 [Dessin Peinture](#)

15:00 – 15:50 [Dessin Peinture](#)

18:30 – 19:20 [Salsa, Merengue, Bachata](#)

Mercredi, 20.11.2024

09:00 – 09:50 [Zumba](#)

10:00 – 10:50 [Gym Douce](#)

18:20 – 19:10 [Hatha Yoga](#)

19:20 – 20:10 [Zumba](#)

Jeudi, 21.11.2024

09:30 – 10:20 [Couture](#)

10:10 – 11:00 [Pilates débutant](#)

14:00 – 14:50 [Gymnastique seniors](#)

17:30 – 18:20 [Cardio Toning](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

Vendredi, 22.11.2024

10:00 – 10:50 [Stretching-Relaxation](#)

17:20 – 18:10 [Danse orientale](#)

Samedi, 23.11.2024

Lundi, 25.11.2024

09:15 – 10:05 [Pilates](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

19:30 – 20:10 [Body Sculpt](#)

20:30 – 21:20 [Stretching-Relaxation](#)

Mardi, 26.11.2024

18:30 – 19:20 [Salsa, Merengue, Bachata](#)

Mercredi, 27.11.2024

09:00 – 09:50 [Zumba](#)

10:00 – 10:50 [Gym Douce](#)

18:20 – 19:10 [Hatha Yoga](#)

19:20 – 20:10 [Zumba](#)

Jeudi, 28.11.2024

09:30 – 10:20 [Couture](#)

10:10 – 11:00 [Pilates débutant](#)

14:00 – 14:50 [Gymnastique seniors](#)

17:30 – 18:20 [Cardio Toning](#)

18:30 – 19:20 [Pilates](#)

Vendredi, 29.11.2024

10:00 – 10:50 [Stretching-Relaxation](#)

10:00 – 10:50 [Dessin croquis](#)

11:00 – 11:50 [Dessin croquis](#)

17:20 – 18:10 [Danse orientale](#)

Samedi, 30.11.2024

O = Le cours se déroule en ligne