

Programme découverte Fribourg

Vendredi, 01.11.2024 Jour férié FR

Lundi, 04.11.2024

- 18:00 – 18:50 Body Sculpt
- 18:00 – 18:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Stretching-Relaxation
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:00 – 18:50 Aquarelle
- 19:00 – 19:50 Body Sculpt
- 19:00 – 19:50 Pilates-Yoga
- 19:15 – 20:15 Atelier de théâtre

Mardi, 05.11.2024

- 09:00 – 09:50 Gymnastique seniors
- 10:00 – 10:50 Pilates
- 17:00 – 17:50 Danse classique tous niveaux
- 18:00 – 18:50 Dance Workout
- 18:00 – 18:50 Dessin et croquis
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:30 – 19:20 Pilates
- 19:00 – 19:50 Pilates
- 19:00 – 19:50 Aquarelle
- 20:00 – 20:50 Tribal Fusion Bellydance
- 20:00 – 20:50 Peinture

Mercredi, 06.11.2024

- 09:30 – 10:20 Body Sculpt
- 18:00 – 18:50 Fitness Trampoline Jumping
- 18:00 – 18:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Couture
- 18:30 – 19:20 Pilates
- 19:00 – 19:50 Ballet Workout
- 19:00 – 19:50 Dessin : Mangas
- 19:00 – 19:50 Zumba
- 19:00 – 19:50 Couture
- 20:00 – 20:50 Peinture Acrylique

Jeudi, 07.11.2024

- 09:30 – 10:20 Gym douce
- 10:35 – 11:25 Pilates
- 12:15 – 13:05 Pilates
- 12:15 – 13:05 Tai Chi Chuan
- 14:00 – 14:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:30 – 19:20 Dessin et Peinture
- 19:00 – 19:50 Pilates-Yoga
- 19:00 – 19:50 Zumba

- 19:30 – 20:20 Dessin et Peinture

Vendredi, 08.11.2024

- 10:05 – 10:55 Pilates
- 12:05 – 12:55 Pilates
- 12:15 – 13:05 Zumba

Samedi, 09.11.2024

- 09:30 – 10:20 Tai Chi Chuan - Workshop
- 10:30 – 11:20 Hatha Yoga- Workshop

Lundi, 11.11.2024

- 18:00 – 18:50 Body Sculpt
- 18:00 – 18:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Stretching-Relaxation
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:00 – 18:50 Aquarelle
- 19:00 – 19:50 Body Sculpt
- 19:00 – 19:50 Pilates-Yoga
- 19:15 – 20:15 Atelier de théâtre

Mardi, 12.11.2024

- 09:00 – 09:50 Gymnastique seniors
- 10:00 – 10:50 Pilates
- 17:00 – 17:50 Danse classique tous niveaux
- 18:00 – 18:50 Dance Workout
- 18:00 – 18:50 Dessin et croquis
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:30 – 19:20 Pilates
- 19:00 – 19:50 Pilates
- 19:00 – 19:50 Aquarelle
- 20:00 – 20:50 Tribal Fusion Bellydance
- 20:00 – 20:50 Peinture

Mercredi, 13.11.2024

- 09:30 – 10:20 Body Sculpt
- 18:00 – 18:50 Fitness Trampoline Jumping
- 18:00 – 18:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Couture
- 18:30 – 19:20 Pilates
- 19:00 – 19:50 Ballet Workout
- 19:00 – 19:50 Dessin : Mangas
- 19:00 – 19:50 Zumba
- 19:00 – 19:50 Couture
- 20:00 – 20:50 Peinture Acrylique

Jeudi, 14.11.2024

- 09:30 – 10:20 Gym douce
- 10:35 – 11:25 Pilates
- 12:15 – 13:05 Pilates
- 12:15 – 13:05 Tai Chi Chuan
- 14:00 – 14:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:30 – 19:20 Dessin et Peinture
- 19:00 – 19:50 Pilates-Yoga
- 19:00 – 19:50 Zumba
- 19:30 – 20:20 Dessin et Peinture

Vendredi, 15.11.2024

- 10:05 – 10:55 Pilates
- 12:05 – 12:55 Pilates
- 12:15 – 13:05 Zumba

Lundi, 18.11.2024

- 18:00 – 18:50 Body Sculpt
- 18:00 – 18:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Stretching-Relaxation
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:00 – 18:50 Aquarelle
- 19:00 – 19:50 Body Sculpt
- 19:00 – 19:50 Pilates-Yoga
- 19:15 – 20:15 Atelier de théâtre

Mardi, 19.11.2024

- 09:00 – 09:50 Gymnastique seniors
- 10:00 – 10:50 Pilates
- 17:00 – 17:50 Danse classique tous niveaux
- 18:00 – 18:50 Dance Workout
- 18:00 – 18:50 Dessin et croquis
- 18:00 – 18:50 Zumba
- 18:30 – 19:20 Pilates
- 19:00 – 19:50 Pilates
- 19:00 – 19:50 Aquarelle
- 20:00 – 20:50 Tribal Fusion Bellydance
- 20:00 – 20:50 Peinture

Mercredi, 20.11.2024

- 09:30 – 10:20 Body Sculpt
- 18:00 – 18:50 Fitness Trampoline Jumping
- 18:00 – 18:50 Pilates
- 18:00 – 18:50 Couture
- 18:30 – 19:20 Pilates
- 19:00 – 19:50 Ballet Workout

O = Le cours se déroule en ligne

Programme découverte Fribourg

19:00 – 19:50 Dessin : Mangas

19:00 – 19:50 Zumba

19:00 – 19:50 Couture

20:00 – 20:50 Peinture Acrylique

Jeudi, 21.11.2024

09:30 – 10:20 Gym douce

10:35 – 11:25 Pilates

12:15 – 13:05 Pilates

12:15 – 13:05 Tai Chi Chuan

14:00 – 14:50 Pilates

18:00 – 18:50 Zumba

18:30 – 19:20 Dessin et Peinture

19:00 – 19:50 Pilates-Yoga

19:00 – 19:50 Zumba

19:30 – 20:20 Dessin et Peinture

Vendredi, 22.11.2024

10:05 – 10:55 Pilates

12:05 – 12:55 Pilates

12:15 – 13:05 Zumba

Lundi, 25.11.2024

18:00 – 18:50 Body Sculpt

18:00 – 18:50 Pilates

18:00 – 18:50 Stretching-Relaxation

18:00 – 18:50 Zumba

18:00 – 18:50 Aquarelle

19:00 – 19:50 Body Sculpt

19:00 – 19:50 Pilates-Yoga

Mardi, 26.11.2024

09:00 – 09:50 Gymnastique seniors

10:00 – 10:50 Pilates

17:00 – 17:50 Danse classique
tous niveaux

18:00 – 18:50 Dance Workout

18:00 – 18:50 Dessin et croquis

18:00 – 18:50 Zumba

18:30 – 19:20 Pilates

19:00 – 19:50 Pilates

19:00 – 19:50 Aquarelle

20:00 – 20:50 Tribal Fusion Bellydance

20:00 – 20:50 Peinture

Mercredi, 27.11.2024

09:30 – 10:20 Body Sculpt

18:00 – 18:50 Fitness Trampoline Jumping

18:00 – 18:50 Pilates

18:00 – 18:50 Couture

18:30 – 19:20 Pilates

19:00 – 19:50 Ballet Workout

19:00 – 19:50 Dessin : Mangas

19:00 – 19:50 Zumba

20:00 – 20:50 Peinture Acrylique

Jeudi, 28.11.2024

09:30 – 10:20 Gym douce

10:35 – 11:25 Pilates

12:15 – 13:05 Pilates

12:15 – 13:05 Tai Chi Chuan

14:00 – 14:50 Pilates

18:00 – 18:50 Zumba

18:30 – 19:20 Dessin et Peinture

19:00 – 19:50 Pilates-Yoga

19:00 – 19:50 Zumba

19:30 – 20:20 Dessin et Peinture

Vendredi, 29.11.2024

10:05 – 10:55 Pilates

12:05 – 12:55 Pilates

12:15 – 13:05 Zumba

O = Le cours se déroule en ligne