

STUDIO SPORT SANTE

PLANNING DE L'ÉTÉ 2026

JUILLET

AOÛT

LUNDI 6

17h30 - CAF
18h30 - STEP

Manu

MARDI 7

18h30 - Cross
training

Aurel

MERCREDI 8

18h - X55
19h - Circuit
training

Manu

JEUDI 9

11h - Séniors
12h15 - Pilates

Emma

MARDI 4

18h - LIA
19h - Body Zen

Ligita

JEUDI 6

18h30 - Pilâtes
19h30 - Zumba

Ligita

LUNDI 13

17h30 - CAF
18h30 - STEP

Manu

MARDI 14

FÉRIÉ



MERCREDI 15

12h15 - Stretching
(Delphine)
18h - X55
19h - Circuit
training

Manu

JEUDI 16

11h - Séniors
12h15 - Pilates

Emma

MARDI 11

18h - LIA
19h - Body Zen

Ligita

JEUDI 13

18h30 - Pilâtes
19h30 - Zumba

Ligita

LUNDI 20

17h30 - CAF
18h30 - STEP

Manu

MARDI 21

18h30 - Cross
training
19h30 - Relaxation

Fred

MERCREDI 22

12h15 - Stretching
(Delphine)
18h - X55
19h - Circuit
training

Manu

MARDI 18

18h - LIA
19h - Body Zen

Ligita

JEUDI 20

11h Séniors
12h15 - Pilâtes

Dominika

+

JEUDI 20

18h30 - Pilâtes
19h30 - Zumba

Ligita

LUNDI 27

17h30 - CAF
18h30 - STEP

Manu

MERCREDI 29

12h15 - Stretching
(Delphine)
18h - X55
19h - Circuit
training

Manu

https

MARDI 25

18h - LIA
19h - Body Zen

Ligita

JEUDI 27

18h30 - Pilâtes
19h30 - Zumba

Ligita

INSCRIPTIONS



Inscriptions sur epgv39.fr jusqu'au 6/07
et/ou sur place (espèces uniquement)
À partir du 7/07, uniquement sur place.



5€ LA SÉANCE



20€ LES 5 SÉANCES



Studio Sport Santé - 351 route de Conliège, Perrigny