

SEQUOIA Ins

Dès le 12.10.2026

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2
09:00-10:00														
10:00-11:00										10:00 Morning Stretch Camille	10:00 POLE SPORT Thématiques Tournus	11:05 AERIENS Thématiques Tournus		
11:00-12:00									11:10 POLE SPORT Tous niveaux Camille			12:15 SOUPLESSE Tous niveaux Tournus		
12:00-13:00														
13:00-14:00														
14:00-15:00														
15:00-16:00														
16:00-17:00						16:30 HAMAC ADOS 12-18 ans Tous niveaux Camille							16:00 POLE SPORT Tous niveaux (sur dates) Tournus	16:00 AERIENS Tous niveaux (sur dates) Tournus
17:00-18:00					17:30 POLE SPORT Initiation-Deb 1 Camille	17:30 ENTRAÎNEMENT LIBRE AERIENS					17:45-19:15 POLE HEELS Technique/choreo Elsa			
18:00-19:00	18:00 POLE SPORT Initiation-Deb 1 Sarah	18:00 ENTRAÎNEMENT LIBRE AERIENS	18:30 POLE SPORT Tous niveaux Camille	18:30 ENTRAÎNEMENT LIBRE AERIENS	18:30 ENTRAÎNEMENT LIBRE POLE SPORT	18:45 CERCEAU AERIEN Tous niveaux Camille	18:00 POLE DANCE Flow/heels Tous niveaux Camille	18:00 ENTRAÎNEMENT LIBRE AERIENS						
19:00-20:00	19:05 POLE SPORT Inter 1-2 Sarah	19:05 CERCEAU AERIEN Initiation-Débutant Gilliane	19:35 ENTRAÎNEMENT LIBRE POLE SPORT	19:35 HAMAC AERIEN Tous niveaux Camille			19:05 POLE SPORT Initiation-Deb 1 Kaori	19:05 SOUPLESSE Camille						
20:00-21:00	20:10 ENTRAÎNEMENT LIBRE POLE SPORT	20:10 SOUPLESSE Sarah												
21:00-22:00														