



Planning des cours 2023 – 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 Stretching Beta Bloc 10h30	10h15 Yoga Meillon 11h45		9h30 Yoga Lasseube 11h	10h Yoga Sauvagnon (salle Alpha) 11h30
10h45 Pilates Beta Bloc 11h45				
12h30 Thal Archi cours privé entreprise 13h30	12h30 Renforcement musculaire Amicale des Lilas 13h30		12h30 Stretching Beta Bloc 13h30	12h30 Pilates Amicale des Lilas 13h30
14h30 Massages et soins Lescar Sur rendez vous	14h30 Massages et soins Lescar Sur rendez vous		14h30 Massages et soins Lescar Sur rendez vous	14h30 Massages et soins Lescar Sur rendez vous
	18h15 Gym tonique Amicale des Lilas 19h15	18h Yoga Sauvagnon 19h30		17h45 Stretching Mazeres 18h45
	19h15 Stretching Amicale des Lilas 20h15	19h45 Yoga Uzein 21h		18h45 Yoga Mazeres 20h15

Beta Bloc : 83 rue Faraday, PAU, www.betabloc.com, 0783775272

Amicale des Lilas : Ecole élémentaire des lilas rue Philippon, <https://amicaledeslilas.fr>, 0630259963

Mazeres : Cap de tout, Centre social place Mendès France, <http://csmazeres.org>, 0559066870

Foyer rural d'Uzein : Ecole d'Uzein, <http://uzein.fr/foyer-rural-duzein-section-yoga>, 0783775272

Reveil Sauvagnonnais : Sauvagnon, www.reveil-sauvagnonnais.fr, 0559332863

Lasseube : Club seconde jeunesse, 0681751949

Lescar : 15 place des Magnolias, 0783775272