



Planning 2026

tonifier et galber

**Summer
Body**



présentiel, à pépiterre, Sarzeau

Lundi : 18h-19h

Lundi : 19h-20h



de chez soi, en visio

Mardi : 20h15-21h15

Jeudi : 6h30-7h30

retrouver son corps



de chez soi, en visio

Lundi : 14h-15h

**d'autres créneaux
possibles selon
demande**

mobilité & vitalité

Vital Body



présentiel, à pépiterre, Sarzeau

Lundi : 15h15-16h15

accompagnement sur mesure

**Oh
my
coach !**



**du lundi au vendredi (certains
week-ends possibles)**