

LE VANIKORO CLUB Planning 2019-2020

Le démarrage des cours ainsi que leur maintien au planning sont conditionnés à un taux de remplissage suffisant.

Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi			Samedi		
le loft	le studio	école bon accueil	le loft	le studio	école bon accueil	le loft	le studio	école bon accueil	le loft	le studio	l'atelier	le loft	le studio	l'atelier	le loft	le studio	l'atelier
										7h30-8h30 Yoga							
09h00-10h00 Pilates			8h45-9h45 Pilates	8h30-9h30 Yoga		9h00-10h00 Pilates	9h00-10h00 Sophrologie			8h45-9h45 Méditation		8h40-9h40 Pilates			9h00-10h00 Pilates		
10h10-11h10 Pilates			9h55-10h55 Pilates Souplesse			10h10-11h10 Pilates	10h15-11h15 Yang Shen			10h00-11h00 Tai Chi/Qi Gong		9h50-10h50 Pilates	10h00-11h00 Qi Gong		10h05-11h05 Pilates		
11h20-12h20 NIA Soft**				11h00-12h00 Sophrologie		11h20-12h20 Feldenkrais	11h20-12h20 Qi Gong			11h15-12h15 Qi Gong			11h15-12h15 Qi Gong				
12h30-13h30 Feldenkrais**			12h30-13h30 Renfor Musc Stretch	12h30-13h30 Sophrologie ***		12h30-13h30 Pilates	12h30-13h30 Yoga		12h30-13h30 Renfor Musc Stretch	12h30-13h30 Yoga		12h30-13h30 Zumba					
14h30-15h30 Felden Asana*									13h45 - 14h45 Felden Asana*								
15h45-16h45 Danse libre*							16h30-18h00 Théâtre enfants		15h-16h NIA soft*								
		17h30-18h30 Work Balance*	17h15-18h15 Pilates		17h30-18h30 Feldenkrais*			17h30-18h30 Yoga*				18h00-19h00 NIA					
18h45-19h45 Pilates	18h45-19h45 Yoga	18h40-19h40 Stretching*	18h30-19h30 Pilates Souplesse	18h45-19h45 Yoga	18h40-19h40 NIA Soft*	18h30-19h30 Stretching		18h40-19h40 Méditation*	18h30-19h30 Pilates	17h30-19h00 Théâtre Ados	18h00-19h00 Conversat. en Anglais		18h30-20h30 Théâtre Adultes				
19h50-20h50 Pilates	20h00-21h00 Méditation			20h00-21h00 Méditation		19h35-20h35 Zumba			19h45-20h45 Pilates								
										19h00-21h30 Théâtre Adultes							

* Cours en création pouvant bénéficier d'un abonnement particulier, voir conditions au bureau. Ces cours commenceront à partir du 15 septembre sous condition de taux de remplissage.

** Démarrage du cours le 09 septembre sous condition de taux de remplissage.

*** Démarrage du cours le 1er octobre sous condition de taux de remplissage.

Cours pouvant bénéficier d'un abonnement particulier (BA-AM)

Jours de fermeture du CLub

Vendredi 1er novembre 2019 - Toussaint

Lundi 11 novembre 2019 - Armistice 1918

Du samedi midi 21 décembre 2019 au dimanche 5 janvier 2020 inclus - Noël

Lundi 13 avril 2020 - Pâques

Vendredi 1er mai 2020 - Fête du travail

Vendredi 08 mai 2020 - Armistice 1945

Jeudi 21 mai 2020 - Ascension

Lundi 1 juin 2020 - Pentecôte



Vanikoro Club "Espace Valtech" Giratoire de la Redonne RN 98 83160 La Valette du Var
04-94-75-48-57/ www.vanikoro.fr/club@vanikoro.fr

Ecole Bon Accueil 455 Boulevard Jules Michelet, 83000 Toulon

Pour gérer vos inscriptions aux séances :

À partir d'un ordinateur :

www.vanikoro.fr

«Espace ADHÉRENTS» : renseigner son identifiant (adresse mail) et son mot de passe (reçu par mail).

À partir d'un smartphone ou d'une tablette :

Télécharger l'application "Déciplus" sur votre téléphone et/ou tablette (application gratuite)

Entrer le code du centre : Vanikoro

Entrer votre identifiant (adresse mail) et votre mot de passe (reçu par mail)