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	pierre bel	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							
			8h45-9h45 Pilates Souplesse	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 Taï 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 Feldenkraïs			12h30-13h30 Work Balance				12h30-13h30 Pilates	12h30-13h30 Yoga		12h30-13h30 Work Balance	12h30-13h30 Yoga		12h30-13h30 Zumba					
										13h45-14h45 Felden Asana*								
								16h30-18h00 Théâtre enfants		15h-16h NIA soft*								
		17h30-18h30 Work Balance*	17h15-18h15 Pilates		17h30-19h00 Théâtre Ados	17h30-18h30 Feldenkrais*			17h30-18h30 Yoga*				18h00-19h00 NIA					
18h45-19h45 Pilates	18h45-19h45 Yoga		18h30-19h30 Pilates Souplesse	18h45-19h45 Yoga			18H30-19H30 Stretching		18h45-19h45 Méditation	18h30-19h30 Pilates		18h00-19h00 Conversat. en Anglais		18h30-20h30 Théâtre Adultes				
19h50-20h50 Pilates	20H00-21h00 Méditation			20h00-21h00 Méditation	19h00-21h30 Théâtre Adultes		19h35-20h35 Zumba											

*** 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

My CLUB VANIKORO GROUP

Pour gérer vos inscriptions aux séances :
À partir d'un ordinateur :
www.vanikoro.fr
«Espace ADHERENTS» : 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)

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