

Le CCJL HORS LES MURS

Détox & vous

DU 29 JUIN AU 9 JUILLET 2026

DU 26 AU 31 AOÛT 2026



ATELIERS BIEN-ÊTRE EN PLEIN AIR

YOGA - PILATES - FIT TRAINING - MÉDITATION - MULTI FIT- YIN YOGA - AFRO MOUV'

Cour du Château Sainte-Barbe - Maison de quartier des Paradis

Participation : 5 € par atelier / Gratuit pour les usagers du CCJL

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS - CCJL

01.46.30.20.90 / ccjl@fontenay-aux-roses.fr

www.ccjl92.com

MAISON DE QUARTIER

01.46.61.70.90



Le CCJL HORS LES MURS

Détox & vous

DU 29 JUIN AU 9 JUILLET 2026

DU 26 AU 31 AOÛT 2026



ATELIERS BIEN-ÊTRE EN PLEIN AIR

YOGA - PILATES - FIT TRAINING - MÉDITATION - MULTI FIT- YIN YOGA - AFRO MOUV'

Cour du Château Sainte-Barbe - Maison de quartier des Paradis

Participation : 5 € par atelier / Gratuit pour les usagers du CCJL

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS - CCJL

01.46.30.20.90 / ccjl@fontenay-aux-roses.fr

www.ccjl92.com

MAISON DE QUARTIER

01.46.61.70.90



Cour du château Sainte-Barbe

Lundi 29 juin - 10h/11h - YOGA RELAXATION - Avec Anaïs

Lundi 29 juin - 19h/20h - AFRO MOUV' - Avec Viviane

Mardi 30 juin - 10h/11h - PILATES - Avec Elisa

Mardi 30 juin - 19h/20h - YOGA ET BAIN SONORE - Avec Emanuela

Mercredi 1er juillet - 10h/11h - YIN YOGA - Avec Emanuela

Mercredi 1er juillet - 19h/20h - PILATES - Avec Viviane

Jeudi 2 juillet - 10h/11h - HATHA YOGA - Avec Aline

Jeudi 2 juillet - 19h/20h - FIT TRAINING - Avec Elisa

Vendredi 3 juillet - 19h/20h - PILATES - Avec Elisa

Lundi 6 juillet - 10h/11h - YOGA RELAXATION - Avec Anaïs

Lundi 6 juillet - 19h/20h - HATHA FLOW - Avec Aline

Mardi 7 juillet - 10h/11h - YOGA VINYASA - Avec Aline

Mardi 7 juillet - 19h/20h - CIRCUIT MULTI FIT - Avec Viviane

Mercredi 8 juillet - 10h/11h - MÉDITATION - Avec Anaïs

Mercredi 8 juillet - 19h/20h - HATHA FLOW - Avec Aline

Jeudi 9 juillet - 10h/11h - YOGA SENIOR - Avec Aline

Jeudi 9 juillet - 19h/20h - MÉDITATION - Avec Richard

Maison de quartier des Paradis

Jeudi 2 juillet - 10h/11h - YIN YOGA - Avec Emanuela

Jeudi 2 juillet - 17h30/18h30 - YIN YOGA - Avec Emanuela

Mercredi 8 juillet - 15h/16h - SPORT SANTÉ BIEN VIEILLIR - Avec Viviane

Mercredi 8 juillet - 17h30-18h30 - PILATES - Avec Viviane

Mercredi 26 août - 10h-11h - QI GONG - Avec Marie-Claude

Vendredi 28 août - 17h30/18h30 - QI GONG - Avec Marie-Claude

Lundi 31 août - 10h/11h - YIN YOGA - Avec Emanuela

Cour du château Sainte-Barbe

Lundi 29 juin - 10h/11h - YOGA RELAXATION - Avec Anaïs

Lundi 29 juin - 19h/20h - AFRO MOUV' - Avec Viviane

Mardi 30 juin - 10h/11h - PILATES - Avec Elisa

Mardi 30 juin - 19h/20h - YOGA ET BAIN SONORE - Avec Emanuela

Mercredi 1er juillet - 10h/11h - YIN YOGA - Avec Emanuela

Mercredi 1er juillet - 19h/20h - PILATES - Avec Viviane

Jeudi 2 juillet - 10h/11h - HATHA YOGA - Avec Aline

Jeudi 2 juillet - 19h/20h - FIT TRAINING - Avec Elisa

Vendredi 3 juillet - 19h/20h - PILATES - Avec Elisa

Lundi 6 juillet - 10h/11h - YOGA RELAXATION - Avec Anaïs

Lundi 6 juillet - 19h/20h - HATHA FLOW - Avec Aline

Mardi 7 juillet - 10h/11h - YOGA VINYASA - Avec Aline

Mardi 7 juillet - 19h/20h - CIRCUIT MULTI FIT - Avec Viviane

Mercredi 8 juillet - 10h/11h - MÉDITATION - Avec Anaïs

Mercredi 8 juillet - 19h/20h - HATHA FLOW - Avec Aline

Jeudi 9 juillet - 10h/11h - YOGA SENIOR - Avec Aline

Jeudi 9 juillet - 19h/20h - MÉDITATION - Avec Richard

Maison de quartier des Paradis

Jeudi 2 juillet - 10h/11h - YIN YOGA - Avec Emanuela

Jeudi 2 juillet - 17h30/18h30 - YIN YOGA - Avec Emanuela

Mercredi 8 juillet - 15h/16h - SPORT SANTÉ BIEN VIEILLIR - Avec Viviane

Mercredi 8 juillet - 17h30-18h30 - PILATES - Avec Viviane

Mercredi 26 août - 10h-11h - QI GONG - Avec Marie-Claude

Vendredi 28 août - 17h30/18h30 - QI GONG - Avec Marie-Claude

Lundi 31 août - 10h/11h - YIN YOGA - Avec Emanuela