

Le CCJL HORS LES MURS



été & vous

DU 26 JUIN AU 10 JUILLET 2025
DU 27 AU 28 AOÛT 2025

Maison de quartier des Paradis
Cour du Château Sainte-Barbe

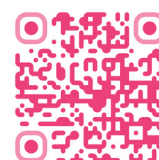


ATELIERS BIEN-ÊTRE EN PLEIN AIR

YOGA - PILATES - FIT TRAINING - MÉDITATION - QI GONG - STRETCHING - YIN YOGA - AFRO MOUV'

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

LE PLANNING



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



Fontenay-
aux-Roses



Maison de quartier des Paradis

Jeudi 26 juin - 18h/19h - YIN YOGA - Avec Emanuela

Vendredi 27 juin - 11h/12h - YOGA ET SOPHROLOGIE - Avec Emanuela

Vendredi 27 juin - 18h/19h - MULTI FIT - Avec Viviane

Samedi 28 juin - 11h/12h - QI GONG - Avec Marie-Claude

Mercredi 27 août - 17h/18h - SPORT SANTÉ - Avec Viviane

Jeudi 28 août - 17h/18h - YIN YOGA - Avec Emanuela



Cour du château Sainte-Barbe

Lundi 30 juin - 10h/11h - YOGA RELAXATION - Avec Anaïs

Lundi 30 juin - 19h/20h - AFRO MOUV' - Avec Viviane

Mardi 1er juillet - 10h/11h - PILATES - Avec Elisa

Mardi 1er juillet - 19h/20h - YOGA ET BAIN SONORE - Avec Emanuela

Mercredi 2 juillet - 10h/11h - QI GONG - Avec Marie-Claude

Mercredi 2 juillet - 19h/20h - PILATES - Avec Viviane

Jeudi 3 juillet - 10h/11h - YOGA SENIOR - Avec Aline

Jeudi 3 juillet - 19h/20h - FIT TRAINING - Avec Elisa

Vendredi 4 juillet - 10h30/11h30 - YIN YOGA - Avec Emanuela

Vendredi 4 juillet - 19h/20h - HATHA FLOW - Avec Aline

Lundi 7 juillet - 10h/11h - YOGA RELAXATION - Avec Anaïs

Lundi 7 juillet - 19h/20h - QI GONG - Avec Marie-Claude

Mardi 8 juillet - 10h/11h - YOGA VINYASA - Avec Aline

Mardi 8 juillet - 19h/20h - STRETCHING - Avec Viviane

Mercredi 9 juillet - 10h/11h - MÉDITATION - Avec Anaïs

Mercredi 9 juillet - 19h/20h - HATHA FLOW - Avec Aline

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

Jeudi 10 juillet - 19h/20h - MÉDITATION - Avec Richard