

sporthèque
1981

HORAIRE PRÉ ET POSTNATAL

AUTOMNE 2025

du 1er septembre au 19 décembre

Accès : L'accès aux cours pré- et postnataux est ouvert à toutes les clientes avec un abonnement Prestige ou Total, ou ayant une carte de cours PRÉ/POST NATAUX. Vous pouvez réserver votre place 24h d'avance via notre console de réservation.

HORAIRE DES COURS PRÉNATAUX

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Mimy Yoga prénatal 18h30 à 19h30			

HORAIRE DES COURS POSTNATAUX

Les bébés sont les bienvenus dans tous les cours postnataux.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Nancy Circuit fit postnatal 10h30 à 11h30	Nancy Spin postnatal 9h30 à 10h25	Amélie Aquaforme mamans-bébés* 11h00 à 11h50 **du 18 septembre au 18 décembre*	Éloïse Pilates postnatal 9h15 à 10h15

*Rejoignez le groupe FB '**Mamans à la Sporthèque** :*