



Nous contacter :
06.82.21.54.96.

eloformeetdetente@eloformeetdetente.com

Planning REIMS URBAN NATURE 2025

Lundi 2 juin

Mardi 3 juin

Mercredi 4 juin

Jeudi 5 juin

Vendredi 6 juin

Samedi 7 juin

Salles :

Pilates
9h - 10h
René Tys - TT2

Hatha Yoga
10h - 11h
René Tys - TT2

Marche Active
11h - 12h
Ext - Parc Léo Lagrange

Ballon Suisse
12h15-13h15
Courlancy

Gym Douce Énergétique
9h-10h
M.V.A.

Gym Douce Énergétique
10h-11h
MVA

Gym Spéciale Dos
11h-12h
M.Q. Turenne

Renforcement Musculaire
12h15-13h15
M.Q. Turenne

Circuit Training
10h-11h
Ext - Parc Léo Lagrange

Gym Douce Énergétique
11h-12h
Ext-Parc Léo

Gym Douce
Énergétique
12h-13h
Ext-Parc Léo

Marche
Ki'Danza®
12h15-13h15
Ext - Parc Léo
Lagrange

Gym Douce Énergétique
10h-11h
René Tys - Judo

Gym Douce Énergétique
11h-12h
René Tys - Judo

Ballon Suisse
12h15-13h15
Courlancy

Stretching
9h-10h
René Tys - Judo

Gym et Équilibre
10h-11h
René Tys - Judo

Gym et Équilibre
11h-12h
M.Q. Turenne

Fit'Danza®
12h15-13h15
Ext - Parc
Mendès France

Pilates
12h30-13h15
Ext - Parc St
Rémi

Stretching
13h15-13h45
Ext - Parc St
Rémi

Abdos de Gasquet
16h - 17h
René Tys - TT2

Mix Pilates / Stretching
17h-18h
René Tys - TT2

Fit'Dance
18h15-19h15
Ext - Parc Léo Lagrange

Hatha Yoga
19h15-20h15
Ext - Parc Léo Lagrange

René Tys :
Complexe sportif
René Tys
36 rue Léo Lagrange

M.V.A. :
Maison de la Vie
Associative
122 bis rue du Barbâtre

M.Q. Turenne :
Maison de quartier
Turenne
rue de Turenne à
Murigny

Courlancy :
38 bis Rue de Courlancy,
51100 Reims
bâtiment 2 centre de
consultation - RDC

Vinyasa Yoga
16h - 17h
René Tys - TT2

Gym Spéciale Dos
17h-18h
René Tys - TT2

Renfo Musculaire
18h-19h
René Tys - TT2

Renfo Musculaire
Abdos de Gasquet
19h-20h
René Tys - TT2

Zumba Fitness
18h-19h
René Tys - TT2

Ki'Danza®
19h-20h
René Tys - TT2

Gym Douce Énergétique/
Mouv'Dao (1 sem / 2)
17h45-18h45
Courlancy

Gym Douce Énergétique/
Mouv'Flex (1 sem / 2)
18h45-19h45
Courlancy

Abdos de Gasquet
14h - 15h
Ext - Parc Léo Lagrange

Mouv'Flex
15h - 16h
Ext - Parc Léo Lagrange

Do-In
16h - 17h
MVA

Zumba Fitness
19h-20h
Ext - Parc Léo Lagrange

Pilates
20h-21h
Ext - Parc Léo Lagrange

Marche Nordique
14h-15h
Ext - Parc Léo Lagrange

Sophrologie
15h-16h
Ext - Parc Léo Lagrange

Sophro Relax'Mouv
16h-17h
Ext - Parc Léo Lagrange

Do-In
17h - 18h
Ext - Parc Léo Lagrange

Gym Douce Énergétique
18h-19h
Ext-Parc Léo Lagrange

Gym Douce Énergétique
19h-20h
Ext- Parc Léo Lagrange



Cours accessibles
Reims Urban Nature

**RENFORCEMENT
MUSCULAIRE**

CARDIO

**EXPRESSION
CORPORELLE**

BIEN-ÊTRE

**TECHNIQUES
ENERGETIQUES**



Cours accessibles
Déficients Visuels / Auditifs

Reims.fr



YouTube

