STAGES à venir

Saison 2025-2026

ELO Forme & Détente

OCTOBRE

Dim 12 Octobre
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

NOVEMBRE

Sam 22 Novembre
Méthode Pilates et
De Gasquet...
Quels abdos choisir ?
Animé par Axel

Dim 23 Novembre
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

DÉCEMBRE

Sam 13 Décembre
Atelier : Estime de soi,
Être ou par Être
Animé par Dorothée

Dim 21 Décembre
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

JANVIER

Sam 17 Janvier
Cross Training
Animé par Julien

Dim 18 Janvier
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

Sam 31 Janvier
18h30 Assemblée Générale

19h30 Soirée dansante : 20 ans de l'association

FÉVRIER

Sam 7 Février
Cardio Boxe
Animé par Adeline

Dim 8 Février
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

MARS

Dim 15 Mars
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

Sam 21 Mars
Yog'n Dance
Animé par Sophie

AVRIL

Sam 11 Avril
Course Active
Renfo. Musculaire
et Course à pied
Animé par Xavier

Dim 12 Avril
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

MAI

Sam 23 Mai
Fun Dance
Animé par Cassandra

Dim 24 Mai
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

Dim 31 Mai
Sortie vélo Route
Animé par Jérémie

JUIN

Dim 07 Juin
Rando Ki'Danza®
Animée par Elodie

Sam 20 Juin
Journée Yoga
Agathe - Cécile - David
Emma - Laurent - Shizuko

Vend 26 juin
D&marche SPT

STAGES à venir

Elo Forme & Détente

TARIFS



Rando Ki'Danza®

Adhérent(e)s : Gratuit
Non-adhérent(e)s : 5€



Stages - Ateliers

Adhérent(e)s : 12€
Non-adhérent(e)s : 15€



Journée Yoga

Adhérent(e)s : 5€/cours
Non-adhérent(e)s : 8€/cours



Soirée dansante Elo Forme et Détente

Adhérent(e)s : 25€
Non-adhérent(e)s : 35€

Infos et inscriptions :

www.eloformeetdetente.com
eloformeetdetente@eloformeetdetente.com
06 8 2 21 54 96