



## Lieux

1

Centre Sportif municipal  
des Plages du Mourillon  
Anse des Pins  
TOULON

2

Maternelle de  
la Cité de l'Épargne  
Claret  
TOULON

3

Ecole Primaire  
Claret Valbourdin  
TOULON

Association Ekilibre

06 19 29 23 39

[martine@ekilibre.fr](mailto:martine@ekilibre.fr)

<http://ekilibre.fr>

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
11h						3 11h - 12h Do In - Qi Qong Relaxation - Yoga <i>Tous publics</i>
11h30						
12h						
12h30			3 12h30 - 13h30 Gym douce - Qi Qong Yoga - Méditation <i>Tous publics</i>			
13h						
13h30						
14h		1 14h - 15h Renforcement musculaire - Pilates	3 14h - 15h Gym - Relaxation Yoga - Méditation <i>Gym enfant / ado</i>			
14h30						
15h						
15h30		15h - 16h Do In - Qi Qong Relaxation - Yoga				
16h						
16h30						
17h						
17h30						
18h						
18h30		2 18h30 - 19h30 Renforcement musculaire - Pilates		2 18h30 - 19h30 Renforcement musculaire - Pilates		
19h						
19h30						
20h		19h30 - 20h30 Do In - Qi Qong Relaxation - Yoga		19h30 - 20h30 Do In - Qi Qong Relaxation - Yoga		
20h30						
21h						