

Programme des activités

FAMILLES RURALES LE RUSSEY
INSCRIPTIONS SUR HELLO ASSO

2026 - 2027

Lundi

18:15- 19:15

YOGA

19:30- 20:30

YOGA VITALITÉ-VINYASA

Mardi

9:30- 11:30

**BIEN-ÊTRE & GROSSESSE
OU POST-PARTUM**

14:00- 16:30 | 19:30-22:00

**TRICOT &
SCRAPBOOKING**

19:30- 21:00

FABER & MAZLISH

Mercredi

18:15- 19:15

19:30- 20:30

YOGA

Jeudi

8:45- 9:45

10:00- 11:00

YOGA

17:15- 18:00

ÉVEIL CORPOREL

18:15- 19:15

INITIATION DANSE ENFANTS

19:15- 20:15

INITIATION DANSE ADOS

20:15- 21:15

INITIATION DANSE ADULTES

Samedi

10:15- 11:30

SOPHRO-RELAXATION 2-6 ANS

Dimanche

1 matinée bien-être par trimestre

YOGA&BRUNCH



**AU RUSSEY
&
BONNÉTAGE**



famillesruraleslerussey@gmail.com