

PLANNING 2025–2026

LUNDI

18H00–
19H00
**Yoga
Senior**
Aire des Seniors

MARDI

10H00–
11H00
**Yoga
Senior**
*Club des aînés de
Carouge*

MERCREDI

16H00–
17H00
**Yoga
Senior**
Aire des Seniors

17H00–
18H00
**Yoga
Senior**
Aire des Seniors

19H00–
20H00
**Hatha
Flow**
GGA Avully

JEUDI

10H00–
11H00
Meditation
Aire des Seniors

17H30–
18h30
Pilates 1
Confignon
Thérapies

118H45
19H45
Pilates 2
Confignon
Thérapies

VENDREDI

09H00
–10H15
**Yoga
Senior**
CAD

SAMEDI

10H00–
11H40
Yin Yoga
Ecole Club Migros