PLANNING 2026 - 2027 **Des Associations et Offres LABELLISES**

Sport Santé Bien Être Salon de Provence

Ce programme est prévisionnel, il est susceptible d'être modifié à la rentrée scolaire pour des raisons d'organisation.

	Lundi			Mardi				Mercredi			Jeudi					Vendredi		Samedi		Dimanche
7h30																				
8h00																				
9h00	Reveil musculaire/gym coréene(PSTaekwondo) 9h30/10h30 (salle Thermos)	Marche Nordique (ALL4Sport) 8h45/9h45 (Créche de la durance)	Marche douce (APBE Florence) 9h/10h (extérieur)	Stretching Postural (Mouv' Equilibre) 9h/10h (MVA Salle K)		Tai chi chuan (Arts & Expression) 9h/10h (salle doc Mouret)	Gym Douce (Sportez-Vous bien) 8h45-9h45 P. Bastide Haute	Taekwondo 8h30/09h30 (Gymnase Lurian)	Marche Nordique (ACS Moulkir / Marie)	Stretching Postural (Mouv' Equilibre) 9h/10h30 (MVA)		Pilate (ACS Justine) 9h/10h (Halle Quinon)		Gym Douce (Sportez-Vous bien) 8h45-9h45 P. St Léon	Marche Nordique (APBE Florence) 8h45/10h15				Echecs (Nostradamus Echiquiers) 9h 10h (Cercle des Arts et des Métiers)	Randonnée Sportive (La Vaillante) 9h/17h UN DIMANCHE PAR MOIS
10h00	Equilibre Postural (PSTaekwondo) 10h30/11h30 (salle Thermos)	Yoga Postural (MJC Manon) Salle 5 MJC 9h55/11h10	TT Salon (Tennis de Table Salon) 10h/12h (Salle Caumette)	Body gym (Objectif Forme) 10h30/11h30 Pélissanne			Marche Active (Sportez-Vous bien) 10h-11h P. Créche de la durance	Self Defense(PSTaekwondo) 9h30/10h30(Gymnase Lurian)		Stretching Postural (Mouv' Equilibre) 10h30/12h (MVA)	Yoga Postural (MJC Manon) Salle 5 MJC 10h15/11h30	Gym Douce (ACS Justine) 10h/11h (Halle Quinon)		Pilates (Objectif Forme) 10h30/11h30 Pélissanne	Gym Douce (Sportez-Vous bien) 10h-11h P. St Léon	Marche nordique (ACS Marie) 9h/11h	Tennis de table (La Vaillante) 9h30/10h30 (salle Caumette)		Self défense (PSTaekwondo) 9h45/11h (gym Michelet)	
11h00												Marche - Marche/Étirements (Educal Antoine) 11h/12h Parcours de Santé)				Gym douce (Mouv' Equilibre Nathalie) 11h/12h (MVA)	Gym douce (ACS Daniel) 10h45/11h45 (Hall Quinon)	Pickleball ALL4SPORT 9h-12h Canourgues	Aquagym(La Vaillante) 10H/11H (piscine Canourgues)	
12h00						Fit Boxe (All4port) 12h/13h (Halle Quinon)										Cross Training (All4sport) 12h30/12h55 (Halle Quinon)				
13h00				Aéroboxe (Boxing C. Salonais Nabiha) 12h30/13h30		Multi-raquettes (All4port) 13h/14h (Halle Quinon)					Aéroboxe (Boxing C. Salonais Nabiha) 12h30/13h30					Abdos Fessiers Steps (All4sport) 13h15/13h55 (Halle Quinon)				
14h00	Marche Nordique (ACS Marie) 14h/ 15h30		Tennis de table (La Vaillante) 14h30 17h (Caumette)	Musculation (La Vaillante) 14h /16h (gymnase Bressons)		Yoga Postural (MJC Manon) Salle 5 MJC 14h/15h15					Rando avec ou sans bâtons (All4sport) 14h/16h (extérieur)	Stretching Postural au sol (Mouv' Equilibre) 14h/15h (MVA)	Musculation (La Vaillante) 14h /16h (gymnase Bressons)	Gym Douce et pilte sur chaise (APBE Florence) 14h/15h (salle Caumette)					Echecs (Nostradamus Echiquiers) 14h 19h (Cercle des Arts et des Métiers)	
15h00		Marche et renforcement (Mouv' Equilibre) 15h/16h (RDV Parking MVA)													TT Santé(Tennis de Table Salon) 15h/16h (Salle Caumette)					
16h00																Echecs (Nostradamus Echiquiers) 16h 17h (Cercle des Arts et des Métiers)				
17h00	TT Santé (Tennis de Table Salon) 17h/18h (Salle Caumette)	Motricité (ACS Justine) 16h30/17h30 (Halle Quinon)	Mouv&Ball (Mouv' Equilibre) 16h30/17h30 (Salle K MVA)					Gym Douce (ACS Justine) 16h30/17h30 (Halle Quinon)		Badminton (Bad. salonais) 17h30/18h30 (gymnase coubertin)	Body Karaté (Club omnisport loisir et culture) 17h30/18h30	Pilate au sol (APBE Justine, Salle Thermos) 17h-18h		Body Relax (Objectif Forme) 17h30/18h30 Pélissanne			Motricité (ACS Justine) 16h30/17h30 (Halle Quinon)			
18h00		Pilates (ACS Justine) 17h45/18h45 (Halle Quinon)		Aéroboxe (Boxing C. Salonais Nabiha) 18h/19h15	Body Karaté (Club omnisport) 18h30/19h30	Tai chi chuan (Arts & Expression) 18h30/19h30 (salle doc Mouret)		Fitness /Renforcement /Stretching 18h-19h30 (APBE Justine, Marceau Ginoux)					Aéroboxe (Boxing C. Salonais Nabiha) 18h/19h15							
19h00			Stretching Postural (Mouv' Equilibre) 19h/20h30 (Salle K MVA)		Fit hand (Hanball Salon) 19h30/20h30 (Gymnase Canourgues)				Stretching Postural (Mouv' Equilibre) 18h30/20h (Grans)							Tai chi chuan (Art & Expression) 18h30/19h30 (salle doc Mouret)					
20h00	Boxe Cross training (Boxing C. Salonais Momo) 20h/21h30			Cardio Boxing mixte (Boxing C. Salonais Momo) 20h/21h30				Boxe Cross training (Boxing C. Salonais Momo) 20h/21h30			Cardio Boxing mixte (Boxing C. Salonais Momo) 20h/21h30									
21h00																				
…																				