



INFORMATIONS



M2A UP19

(Yoga)



Début le mercredi 03 septembre 2025



DURÉE : 01:00

PROFILS : Éducateur sportif

PRE REQUIS :

Aucun

MATERIEL :

Un tapis de sol pour la pratique sportive

CODE ACTIVITÉ : 10MA0833

Prix : **102.00 €**

DESCRIPTION

Nous ferons une séance d'une heure où nous nous mettrons en mouvement progressivement sur un fond musical entraînant.



OBJECTIFS

Chaque séance vous permettra de vous remettre en forme progressivement grâce à des mouvements issus du fitness et du yoga.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	03-09-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	10-09-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	17-09-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	24-09-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	01-10-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	08-10-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	15-10-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	05-11-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	12-11-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	19-11-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	26-11-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mercredi	03-12-2025	10:00	01:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE