



# On bouge... au Burck

Association loi 1901

**Au quartier du Burck**

**En journée**

**Pour toutes et tous**

**Venez découvrir**



Le bien-être, tout le monde y a droit !



## PLANNING 2025-2026 du 12 septembre au 19 Juin

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
<b>9h - 12h</b> <b>Gym</b> <b>Entretien</b> <b>Pilâtes</b> <b>Etirements du dos/Posture</b> <b>Yoga</b>	<b>9h - 12h</b> <b>Pilâtes</b> <b>Renfo/Gym</b> <b>Gym douce</b> <b>Etirements du dos/Posture</b>	<b>9h - 12h</b> <b>Renforcement</b> <b>Pilâtes</b> <b>Gym douce</b> <b>Etirements du dos/Posture</b> <b>Stretch</b>	<b>9h30-12h</b> <b>Yoga</b> <b>Pilâtes</b> <b>Etirements du dos/Posture</b>
<b>14h30</b> <b>Toutes danses</b>	<b>14h00</b> <b>Marche Moyen/rapide</b>	<b>14h00</b> <b>Marche Nordique Tranquille</b>	<b>14h00</b> <b>Marche Nordique Moyen/rapide</b>