











**Planning Hebdomadaire Well Being
Activités de groupe 2024-2025**

	Salle	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
MATIN	AISC Salle de Gym				07:45 - 08:35 Posturale Hypopressive 	
MIDI	B55 AISA Fitness Centre Salle Lotus (employés Airbus uniquement)		12:00 - 12:50 Posturale Hypopressive 		12:45 - 13:35 Sophrologie 	
	AISA Pavillon 1 & 2	13:00 - 13:50 Voyage Sonore 	12:00 - 12:50 Yin Yoga 	13:00 - 13:50 Relaxation Sensorielle 	13:00 - 13:50 Nidra Yoga 	13:00 - 13:50 Voyage Sonore 
	Extérieur, Près du B56, Campus 3		12:10 - 13:15 Holistic Fitness			
SOIR	B55 AISA Fitness Centre Salle Lotus (employés Airbus uniquement)		18:15 - 19:05 Munz Floor Collectif 			
	AISA Pavillon 1 & 2			18:15 - 19:05 Body deep Balance 		

Intervenants :

-  Karine D
-  Karine B
-  Carl
-  Chrystelle / Michelle
-  Séverine
-  Morgane



Pack MULTIPASS pour une inscription annuelle