



PROGRAMME DES COURS COLLECTIFS SPÉCIAL RAMADAN 1447/2026

LUNDI :

| HORAIRE | DISCIPLINE | SALLE |
|---------------|--|---------|
| 15H30 – 16H15 | Fitness (Fatima) – 100 % Femmes | Salle 1 |
| 16H15 – 17H00 | Fitness (Samir) – Mixte | Salle 1 |
| 16H00 – 16H45 | Danse Orientale (Khadija) – 100 % Femmes | Salle 2 |

MARDI :

| HORAIRE | DISCIPLINE | SALLE |
|---------------|---------------------------------|---------|
| 15H00 – 16H00 | Pilates (Kawtar) – 100 % Femmes | Salle 2 |
| 15H00 – 15H45 | Fitness (Badr) – Mixte | Salle 1 |
| 15H45 – 16H30 | Fitness (Badr) – Mixte | Salle 1 |

MERCREDI :

| HORAIRE | DISCIPLINE | SALLE |
|---------------|--|---------|
| 15H00 – 15H45 | Fitness (Fatima) – 100 % Femmes | Salle 1 |
| 15H45 – 16H30 | Danse Orientale (Khadija) – 100 % Femmes | Salle 1 |
| 16H30 – 17H15 | Fitness (Samir) – Mixte | Salle 1 |
| 15H15 – 16H00 | Yoga (Imane) – Mixte | Salle 2 |

JEUDI :

| HORAIRE | DISCIPLINE | SALLE |
|---------------|---------------------------------|---------|
| 15H00 – 15H45 | Fitness (Badr) – Mixte | Salle 1 |
| 15H45 – 16H30 | Fitness (Badr) – Mixte | Salle 1 |
| 15H00 – 15H45 | Pilates (Kawtar) – 100 % Femmes | Salle 2 |
| 15H45 – 16H30 | Zumba (Imane) – 100 % Femmes | Salle 2 |

VENDREDI :

| HORAIRE | DISCIPLINE | SALLE |
|---------------|---------------------------------|---------|
| 15H30 – 16H15 | Fitness (Fatima) – 100 % Femmes | Salle 1 |
| 16H15 – 17H00 | Fitness (Samir) – Mixte | Salle 1 |
| 16H15 – 17H00 | Zumba (Imane) – 100 % Femmes | Salle 2 |
| 17H00 – 17H30 | Fitness (Imane) – 100 % Femmes | Salle 2 |

DIMANCHE :

| HORAIRE | DISCIPLINE | SALLE |
|---------------|-----------------------------------|---------|
| 13H00 – 16H00 | Danse Classique (Lamya) – Enfants | Salle 2 |

Ramadan Moubarak – Que ce mois sacré vous apporte paix et sérénité.