



Les cours durent 60 min | planning valable dès septembre 2026
 Conditions d'annulation:
 Pour les cours du soir (à partir de 17h) : Annulation avant midi
 Pour les cours du matin et après-midi (jusqu'à 17h) : Annulation avant 20h la veille

PLANNING année 2026 / 2027

sous réserve de modifications

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche
Studio Fribourg		Studio Fribourg		Studio Fribourg		Studio Fribourg		Studio Fribourg		Studio Fribourg		Fribourg
salle VORTEX Pole	salle NEBULA Aériens	salle VORTEX Pole	salle NEBULA Aériens	salle VORTEX Pole	salle NEBULA Aériens	salle VORTEX Pole	salle NEBULA Aériens	salle VORTEX Pole	salle NEBULA Aériens	salle VORTEX Pole	salle NEBULA Aériens	Fribourg
				8:30 - 10h30 Salle réservé	8:30 - 10h30 Salle réservé							10:00 Carreau Junior & Teens Tous Niveaux(1) - Monique
12:15 Pole Silk - Lauriane	12:15 - 13:15 Training Only - aériens			12:15 Pole Tous Niveaux - Alice	12:15-13:15 Training Only - aériens	12:15-13:15 Training Only - salle pole	12:15 Yoga Aérien - Marilyne	12:15 Pole Tous Niveaux - Johanna Luna	12:15 - 13:15 Training Only - aériens	10:00 Pole Start & Pole Débutant - Luna Johanna <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	10:00 Carreau Initiation/ Débutant / Inter - Monique	
	en attente - TBD				13:30 Salle réservée	13:30 UNISPORT PoleArtistic - Marilyne	13h30-14h30 Training Only - aériens (1)		13:30 Salle réservée			
					15:00 MiniFly Les petits acrobates 4-7ans - Lara	14:30 Salle réservée						
17:15 Pole Junior Tous Niveaux (1) - Alice	17:15-18:15 (1) Training Only - aériens					16:30 - 17:30 Training Only - salle pole	16h30-17h30 Silk Teens (1) 10-15 ans - Tanja					
18:15 Pole 1ères Inversions & Inter premiers pas - Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	18:45 Acro - danse - Jan	17:30 Pole START - Tania	17:30-18:30 Training Only - aériens	17:30 Pole Junior Deb/Inter (1) - Alice	17:30 Yoga Aérien - Marilyne	17:30 Souplesse - Jessica	17h40-18h40 Silk level 1 - Tanja					
19: 20 Pole START & Pole Débutant - Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	19:50 Sangles Aériens - Jan 1 semaine sur deux	18:40 Pole Signature Class (des Inter) - Tania	18:40 Renforcement musculaire - Jessica	18:45 Pole Inter & Pole Avancé - Marilyne <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	18:45 Carreau Tous Niveaux - Mireille	18:30 Heels technique & tricks - Elsa	18h50-19h50 Silk level 2 - Tanja	18:30 - 19:30 Training Only - salle pole 1 semaine sur 2	18:30 Hamac aérien - Céline 1 semaine sur 2			
	19:50 Hamac aérien - Céline 1 semaine sur deux	19:50 Contem'pole - Jessica	19:50 Flying Pole - Tania	20:00 Pilates - Alice zoom & sur place	20:00 Yoga Aérien - Marilyne	Heets floorwork & flow - Elsa	20h00-20h40 Training Only - aériens					

INFORMATIONS :

Legendes :	
NEW	Nouveau cours
	Cours hors abo
	Cours Junior
	Cours Ado/adulte Sports & Arts aériens
	Cours Ado/adulte Flow & Balance
	Cours Teens
	Cours Ado/adulte Strength & Grace
	entraînement libre salle pole ou salle aériens
	(2) ZOOM & Live
	ZOOM ONLY
	Cours hybride sur place et via ZOOM
	hors vacances scolaires et jours fériés
	Cours via ZOOM seulement
	espace d'entraînement sans prof