

PROGRAMME UNISPORTUNI


DANSES

HIP-HOP	Lu / Mo	20.15 - 21.30	Niv. open	Regina Mundi	dès 10.05.2021
---------	---------	---------------	-----------	--------------	----------------


GROUP FITNESS

BODYSCULPT	Je / Do	17.15 - 18.30	Niv. open	Pérolles 95 A	
GAINAGE	Ve / Fr	12.05 - 13.05	Niv. open	Pérolles 95 A	
INDOOR CYCLING	Lu / Mo	18.45 - 20.00	Niv. open	Regina Mundi	dès 26.04.2021
	Ma / Di	12.00 - 13.00	Niv. open	Regina Mundi	
	Me / Mi	17.30 - 18.45	Niv. open	Regina Mundi	dès 05.05.2021
	Je / Do	19.30 - 20.45	Niv. open	Regina Mundi	dès 06.05.2021
	Ve / Fr	12.15 - 13.15	Niv. open	Regina Mundi	
LATIN DANCE FITNESS	Ve / Fr	16.30 - 17.30	Niv. open	Pérolles 95 A + Online	dès 14.05.2021
LIMITLESS	Ma / Di	18.50 - 19.50	Niv. open	Pérolles 95 A	
PILATES	Lu / Mo	19.00 - 20.00	Niv. open	Pérolles 95 B + Online	dès 03.05.2021
	Me / Mi	08.00 - 09.00	Niv. open	Regina Mundi	
RUNNING	Ma / Di	12.15 - 13.15	Niv. open	Salle de sport Miséricorde	
	Je / Do	12.15 - 13.15	Niv. open	Pérolles 95 Réception	
STEP SHOP	Lu / Mo	17.15 - 18.30	Niv. open	Pérolles 95 A	
TRX	Ma / Di	16.00 - 17.15	Niv. open	Regina Mundi	
	Me / Mi	10.30 - 11.45	Niv. open	Regina Mundi	dès 12.05.2021
	Je / Do	15.00 - 16.15	Niv. open	Miséricorde	
URBAN TRAINING	Me / Mi	12.05 - 13.05	Niv. open	Pérolles 95 Réception	
ZUMBA	Me / Mi	12.05 - 13.05	Niv. open	Pérolles 95 B	dès 12.05.2021
	Je / Do	18.50 - 20.05	Niv. open	Pérolles 95 B	dès 06.05.2021



SPIELE	BADMINTON	Lu / Mo	18.45 - 20.15	Jeu libre	Ecole des Métiers
		Ma / Di	08.15 - 09.45	Jeu libre	Pérolles 95 A / B
		Me / Mi	17.15 - 18.30	Employé	Pérolles 95 A
		Ve / Fr	20.15 - 21.45	Jeu libre	Pérolles 95 A / B
	MINI TENNIS	Ma / Di	18.40 - 20.10	Niv. open	Pérolles B
	TENNIS DE TABLE	Lu / Mo	17.30 - 18.30	Niv. open	Ecole des Métiers



SALLES DE FITNESS	HEURES D'OUVERTURE ÖFFNUNGSZEITEN			INFORMATIONS	
	Pérolles 95 (PER20)	Lu / Mo Ma/Di - Ve/Fr Sa / Sa	08.00 - 21.30 07.00 - 21.30 09.00 - 16.00	Vestiaires et douches sont ouvertes. Garderoben und Duschen sind offen. Lien pour l'inscription Link zur Einschreibung	
	Miséricorde (MIS02)	Lu/Mo - Ve/Fr	08.30 - 21.30		



VERSCHIEDENES	ESCALADE <i>Cours bloc</i>	Lu / Mo	10.00 - 12.00	Niv. I	Bloczone, Givisiez	dès 03.05.2021
		Lu / Mo	12.20 - 14.20	Niv. II	Bloczone, Givisiez	dès 03.05.2021
	NEW ESCALADE BLOC	Ma / Di	16.00 - 18.00	Niv. II - III	Bloczone, Givisiez	dès 04.05.2021
		Je / Do	16.00 - 18.00	Niv. open	Le Hangar, FR	dès 06.05.2021
	MOUNTAIN BIKE	Lu / Mo	18.00 - 20.00	Niv. I - II	Stade St-Léonard	
		Ma / Di	18.00 - 20.00	Niv. II - III	Stade St-Léonard	
Me / Mi		18.00 - 20.00	Niv. I - II	Stade St-Léonard		
MB Sortie journalière	Sa / Sa	09.00 - 16.00	Niv. II - III	Stade St-Léonard	08.05.2021	
SLACKLINE	Je / Do	17.00 - 18.30	Niv. open	Pérolles 95 B		



WASSERSPORT	AQUAFIT	Je / Do	18.00 - 19.00	Niv. open	Piscine CO Jolimont	dès 29.04.2021
	AVIRON <i>Cours bloc</i>	Me / Mi	18.30 - 20.30	Niv. open	Centre nautique SAF	
	KAYAK <i>Cours bloc</i>	Lu / Mo	18.00 - 20.00	Niveau I	Passerelle des Neigles, FR	
	NATATION LIBRE	Ma / Di	16.30 - 17.30	Libre	FOS	
		Je / Do	17.30 - 18.15	Libre	Piscine St-Michel	
		Je / Do	18.25 - 19.10	Libre	Piscine St-Michel	
		Je / Do	19.20 - 20.00	Libre	Piscine St-Michel	
SUP	Ve / Fr	17.00 - 19.00	Niv. open	Bise Noire Murten	dès 28.05.2021	
WINDSURF <i>Cours bloc</i>	Lu - Je	13.30 - 16.00	Niv. I - II	Bise Noire Murten	21.06.-24.06.21	



WELLNESS	NORDIC WALKING	Lu / Mo	17.30 - 19.00	Niv. open	Miséricorde (chapelle)	
	PLEINE CONSCIENCE	Je / Do	18.50 - 20.05	Niv. open	Pérolles 95 + Online	
	POWER YOGA	Me / Mi	19.00 - 20.00	Niv. open	Regina Mundi + Online	
	PRANA VINYASA FLOW	Lu / Mo	12.15 - 13.15	Niv. open	Miséricorde + Online	dès 17.05.2021
		Me / Mi	10.15 - 11.15	Niv. open	Miséricorde + Online	dès 19.05.2021
	TAI CHI	Ma / Di	07.15 - 08.15	Niv. open	Online	
	YOGA	Ma / Di	12.15 - 13.15	Niv. open	Miséricorde + Online	
Me / Mi		12.15 - 13.15	Niv. open	Miséricorde + Online		
Je / Do		12.15 - 13.15	Niv. open	Miséricorde + Online		
Ve / Fr		12.15 - 13.15	Niv. open	Miséricorde + Online	dès 20.05.2021	