



06.09.44.88.05

accordelie@gmail.com

Accordélie

Immeuble Renoso,
11 rue Ghuvan-Petru Lucciardi
20090 Ajaccio

RENTREE 2026*

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	9H cias sarrola				CAD**
	10h30-11h30 BarreSculpt®		09h30-10h45 Pilates	9h30-10h45 YIN YOGA	10h15-11h30 Barre au sol
	11h30-12h30 Stretching	11H00 cias alban	10h45-12h00 Feldenkrais™	Leçon individuelle	11h30-12h30 Posture et équilibre
12h15-13h15 Barre au sol		12h30-13h30 Pilates	12h15-13h15 Balletfloor*	12h15-13h15 BarreSculpt®	
Leçon individuelle	14H Pilates et Stretch à Appietto Bien vieillir***	CAD** ou leçon individuelle	14H30 Habiter le mouvement Bien vieillir***	CAD** ou leçon individuelle	
	CAD** ou leçon individuelle	16H00-17H00 Barre au sol			
17h00-18h00 Barre au sol	17h00-18h00 BarreSculpt®	17h00-18h00 BarreSculpt®	17h00-18h00 Cours Homme	17H00-18h15 Barre au sol chorégraphique	Leçon individuelle Stage Atelier
17h45-18h45 Barre au sol ballon	18h00-19h00 Barre classique débutant	18h00-19h30 Danse contemporaine	18h00-19h30 Classique	18h15-19h30 Mix BalletBarreSculpt®	
18h45-20h00 Danse jazz	19h00-20h00 BalletSculpt®	19H45- 21H15 Initiation Tango Avec Esencia del Tango	19h30-20h45 Barre au sol et Pilates	19h30-20h30 Stretching	
Tango Avec Esencia del Tango	20H00-21h15 Yin Yoga				

En salle 🖐 ou en ligne 💻, c'est vous qui choisissez

* sous réserve de modification : des aménagements seront possible durant le mois de septembre

**CAD : cours à la demande : cours collectif sur réservation 24h à l'avance, inclus dans les forfaits.

*** Bien vieillir : programme mis en place par la Collectivité de Corse, gratuit pour les plus de 60 ans



Accordélie – Gwenaelle Bouget

Immeuble Renoso, 11 Rue Petru-Ghjuvan Lucciardi, 20020 Ajaccio

accordelie@gmail.com

06.09.44.88.05

www.accordelie.com