

## UTILISATIONS DES COOKIES

En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de nos cookies afin de vous offrir une meilleure utilisation de ce site internet. Pour s'opposer à ce dépôt vous pouvez [cliquer ici](#).  
[En savoir plus](#)

[Fermer](#)



**LEVALLOIS**  
1983  
SPORTING CLUB

**FIT N' FORME**

19.10.2020





Cher(e)s Adhérent(e)s,

Suite aux annonces du Président de la République, Monsieur Emmanuel Macron, le Levallois Sporting Club a été contraint, une fois de plus, de s'adapter.

Ainsi, **les cours "bien-être" qui avaient pu reprendre la semaine dernière sont de nouveau temporairement stoppés** afin de se conformer aux réglementations sanitaires actuellement en vigueur.

**Mais nous ne vous abandonnons pas.**

Bonne nouvelle : dès demain, vous pourrez reprendre **les cours en live** sur [la page Facebook officielle](#) du premier club omnisport de France. En effet, vos éducateurs se relayeront pour vous maintenir en forme pendant cette période complexe.

Découvrez le planning des **deux prochaines semaines** ci-dessous.

De plus, **les cours en extérieur tiennent le cap pendant les vacances de la Toussaint**. Vous retrouverez vos coachs préférés à la Planchette et à l'Amphithéâtre à compter de demain, mardi 20 octobre 2020. Les règles et modalités de fonctionnement, elles, n'ont pas changé. **Attention cependant : désormais seuls 5 participants pourront assister aux cours**. Vous retrouverez toutes les réponses aux questions que vous vous posez dans [notre FAQ](#) ci-dessous.

Soyez assurés que nous ferons tout notre possible pour vous soutenir et que nous sommes, tout autant que vous, navrés de devoir limiter la pratique du sport à Levallois.

**Des jours meilleurs arriveront, nous vous en faisons la promesse !**

L'équipe Fit N'Forme

## PLANNINGS DES COURS EN LIVE SUR FACEBOOK

### PROGRAMME DES LIVES FACEBOOK

DU MARDI 20 AU VENDREDI 23 OCTOBRE 2020

**MARDI 20 OCTOBRE**

- 12h15 - LM Tone - Annabel
- 13h - Stretching - Annabel
- 18h30 - Hatha Yoga

**MERCREDI 21 OCTOBRE**

- 12h15 - Pilates - Claire
- 13h - Stretching - Claire
- 18h30 - GRIT - Céline
- 19h - Circuit renfo - Céline

**JEUDI 22 OCTOBRE**      **VENREDI 23 OCTOBRE**

### JEUDI 22 OCTOBRE

12h15 - Body sculpt - Amélie  
13h - Cardio workout - Amélie  
18h30 - Abdos fessiers - Claire  
19h15 - Stretching - Claire

### VENREDI 23 OCTOBRE

12h15 - Yoga Vinyasa - Virginia  
13h15 - Qi Gong - Graziella

TOUS LES COURS SONT DISPONIBLES EN REPLAY DURANT TOUTE LA  
DURÉE DE LA SUSPENSION DES COURS



## PROGRAMME DES LIVES FACEBOOK

DU LUNDI 26 AU VENDREDI 30 OCTOBRE 2020

### LUNDI 26 OCTOBRE

12h15 - Hatha yoga - Marie-Anne  
18h30 - Pilates - Claire  
19h15 - Abdos fessiers - Claire

### MARDI 27 OCTOBRE

12h15 - LM Tone - Annabel  
13h - Stretching - Annabel  
18h30 - Hatha yoga - Marie-Anne

### MERCREDI 28 OCTOBRE

12h15 - Pilates - Claire  
13h - Stretching - Claire  
18h30 - GRIT - Céline  
19h - Circuit renfo - Céline

### JEUDI 29 OCTOBRE

12h15 - Body sculpt - Amélie  
13h - Cardio workout - Amélie  
18h30 - Abdos fessiers - Claire  
19h15 - Stretching - Claire

### VENREDI 30 OCTOBRE

12h15 - Abdos fessiers - Morgane  
13h - Cardio - Morgane

TOUS LES COURS SONT DISPONIBLES EN REPLAY DURANT TOUTE LA  
DURÉE DE LA SUSPENSION DES COURS



**PLANNINGS DES COURS EXTERIEURS**

**PROGRAMME DES COURS OUTDOOR**



**PROGRAMME DES COURS OUTDOOR**  
**AU PARC DE LA PLANCHETTE - 105 RUE DU PRÉSIDENT WILSON**  
**DU MERCREDI 21 AU DIMANCHE 25 OCTOBRE 2020**  
**COURS DE 45MIN**

**MERCREDI 21 OCTOBRE**

12h15 - Body sculpt - Amélie  
13h - Body sculpt - Amélie  
18h30 - Culture physique - Marie Ange - 1h30

**JEUDI 22 OCTOBRE**

18h - Zumba - Santiago  
18h45 - Zumba - Santiago

**VENDREDI 23 OCTOBRE**

12h15 - Body sculpt - Amélie  
13h - Body sculpt - Amélie

**SAMEDI 24 OCTOBRE**

10h30 - LM Tone - Annabel  
11h15 - LM Tone - Annabel

**DIMANCHE 25 OCTOBRE**

10h30 - Body sculpt - Annabel  
11h15 - Body sculpt - Annabel

**COURS DE 5 PERSONNES**  
**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES SUR RÉSAMANIA**



**PROGRAMME DES COURS OUTDOOR**

**AU PARC DE LA PLANCHETTE - 105 RUE DU PRÉSIDENT WILSON**  
**DU LUNDI 26 AU VENDREDI 30 OCTOBRE 2020**  
**COURS DE 45MIN**

**LUNDI 26 OCTOBRE**

12h15 - LM Tone - Annabel  
13h - LM Tone - Annabel  
18h30 - Culture physique - Marie Ange - 1h30

**MARDI 27 OCTOBRE**

12h15 - Body sculpt - Emanuela  
13h - Body sculpt - Emanuela

**MERCREDI 28 OCTOBRE**

12h15 - Body sculpt - Amélie  
13h - Body sculpt - Amélie  
18h30 - Culture physique - Marie Ange - 1h30

**JEUDI 29 OCTOBRE**

18h - Zumba - Santiago  
18h45 - Zumba - Santiago

**VENDREDI 30 OCTOBRE**

12h15 - Body sculpt - Amélie  
13h - Body sculpt - Amélie



**COURS DE 5 PERSONNES  
INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES SUR RÉSAMANIA**



**PROGRAMME DES COURS OUTDOOR**

**À L'AMPHITHÉÂTRE - QUAI CHARLES PASQUA  
DU MARDI 20 AU DIMANCHE 25 OCTOBRE 2020**

**COURS DE 45MIN**

**MARDI 20 OCTOBRE**

12h15 - Circuit training - Justine  
13h - Circuit training - Justine

**MERCREDI 21 OCTOBRE**

12h15 - Cardio workout - Justine  
13h - Cardio workout - Justine  
18h30 - Circuit training - Justine  
19h15 - Circuit training - Justine

**JEUDI 22 OCTOBRE**

12h15 - Body combat - Justine  
13h - Body combat - Justine  
18h30 - Body attack - Justine  
19h15 - Body attack - Justine

**VENDREDI 23 OCTOBRE**

12h15 - Circuit training - Nicolas  
13h - Circuit training - Nicolas  
18h30 - Cardio workout - Amélie  
19h15 - Cardio workout - Amélie

**SAMEDI 24 OCTOBRE**

10h30 - Zumba - Santiago  
11h15 - Zumba - Santiago

**DIMANCHE 25 OCTOBRE**

10h30 - Body combat - Justine  
11h15 - Body combat - Justine

**COURS DE 5 PERSONNES  
INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES SUR RÉSAMANIA**



**PROGRAMME DES COURS OUTDOOR**

**À L'AMPHITHÉÂTRE - QUAI CHARLES PASQUA  
DU LUNDI 26 AU SAMEDI 31 OCTOBRE 2020**

**COURS DE 45MIN**

**LUNDI 26 OCTOBRE**

12h15 - Cardio workout - Justine  
13h - Cardio workout - Justine  
18h30 - Body combat - Justine  
19h15 - Body combat - Justine

**JEUDI 29 OCTOBRE**

12h15 - Body combat - Justine  
13h - Body combat - Justine  
18h30 - Body attack - Justine  
19h15 - Body attack - Justine

**MARDI 27 OCTOBRE**

**VENDREDI 30 OCTOBRE**

12h15 - Circuit training - Nicolas

12h15 - Circuit training - Justine  
13h - Circuit training - Justine

**MERCREDI 28 OCTOBRE**

12h15 - Cardio workout - Justine  
13h - Cardio workout - Justine  
18h30 - Circuit training - Justine  
19h15 - Circuit training - Justine

13h - Circuit training - Nicolas  
18h30 - Cardio workout - Amélie  
19h15 - Cardio workout - Amélie

**SAMEDI 31 OCTOBRE**

10h30 - Zumba - Santiago  
11h15 - Zumba - Santiago

**PAS DE COURS LE DIMANCHE 1 NOVEMBRE 2020**  
**COURS DE 5 PERSONNES**  
**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES SUR RÉSAMANIA**



# Resamania

[Modifier mon mot de passe](#)

[Tuto pour la modification](#)

[Lire la Foire aux questions](#)

---

[<- retour vers Actualités](#)