



AUTOMNE 2026 * DU 21 SEPTEMBRE AU 12 DÉCEMBRE POUR 12 SEMAINES

www.essentricks-studiohumanix.com

EN ZOOM ET EN PRÉSENTIEL

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
ESSETRICKS 3R ZOOM	ESSETRICKS POUR TOUS AVEC OU SANS BARRES ZOOM	ESSETRICKS 3R ZOOM	FERMÉ	ESSETRICKS 3R ZOOM	FERMÉ	FERMÉ
9H30 À 10H30	9H30 À 10H30	9H30 À 10H30		9H30 À 10H30		
ESSETRICKS BARRES ZOOM	ESSETRICKS 3R ZOOM	ESSETRICKS 3R PRÉSENTIEL 30 SEPT AU 25 NOV				
17H30 À 18H30	18H30 À 19H30	18H30 À 19H30				