Planning 2026 - 2027
Lavalette

Lundi 12h-13h15
Jeudi 17h15-18h30

Hatha Yoga
Salle Adas Lavalette

Professeur
Sophie Courtier

Responsable
Catherine Roux
catherine.roux@inrae.fr

Mardi 12h-13h

Gym tonic
Salle Adas Lavalette

Professeur
Sylvie Regad

Responsable
Françoise Boissier
francoise.boissier@inrae.fr

Mardi 13h-14h

Pilates
Salle Adas Lavalette

Professeur
Sylvie Regad

Responsable
Françoise Boissier
francoise.boissier@inrae.fr

Mardi 12h15-13h15
Jeudi 12h30-13h30

Circuit training
ExtérieurLavalette

Professeur
Guillaume Ripoll

Responsables
Cyril Tinet (jeudi)
cyril.tinet@inrae.fr
Gautier Sarah
gautier.sarah@inrae.fr (mardi)

Vendredi 12h-13h

Gym Ballon Pilates
Salle Adas Lavalette

Professeur
Sylvie Regad

Responsable
Aline Merlot
aline.merlot@inrae.fr

Semaine 7h-20h

Jardin partagé
Extérieur Lavalette

Responsables
Jean Luc Descrimes
jean-luc.descrimes@inrae.fr
Catherine Roux
catherine.roux@inrae.fr

Les cours ont lieu du 1er septembre au 3 juillet 2027
Pas de cours pour les activités avec professeur pendant les vacances scolaires
Paiement des activités par carte bancaire via payasso aprés validation de l'inscription auprés du responsable de l'activité
Adhésion ADAS 2026 et 2027 obligatoires les activités couvrant la période de septembre à juillet 2027

adas-montpellier.hub.inrae.fr

ADAS INRAE Montpellier

adas-montpellier-ca@inrae.fr