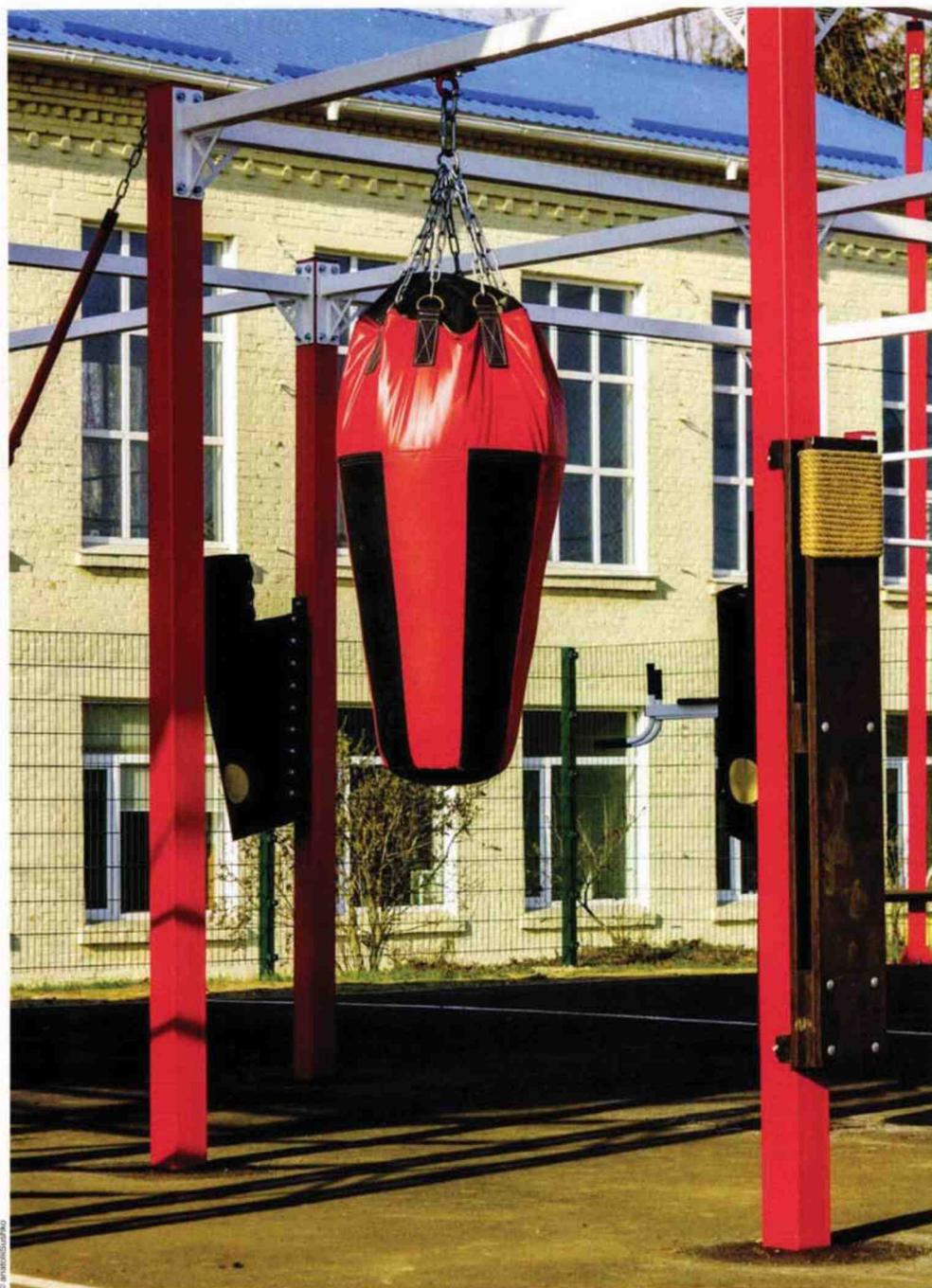




→ Danse à la Villette

Dans le cadre de Paris Sport Dimanches, participez à des cours de sport collectifs gratuits et sans inscription dans les parcs et sur les grandes places de la capitale. Boxe, tai-chi, Pilates, running... la liste est longue, mais notre favori est l'initiation à la danse au parc de la Villette. Tous les dimanches, entre 10h et 12h, c'est à vous d'entrer en scène du côté du Kiosque à musique (Folie L4 / près du canal, côté Cité des sciences). MH

Pour découvrir le programme complet des activités proposées, rendez-vous sur quefaire.paris.fr



© JIMMY SUZUKI/PHOTO



Yoga dans le Marais

Un nouveau spot de yoga va fleurir courant octobre dans le Marais :

Poses. Le cours y dure « seulement » 45 minutes, mais promet d'explorer l'essentiel des postures, mouvements et transitions (flow) du yoga dynamique (vinyasa).

Le plus ? Un grand espace de 230 m² avec une déco minimaliste et une acoustique très travaillée pour se couper du monde extérieur. MH
 Le pack « First on Mat », 79 € (5 sessions)



LE MMA

débarque en France avec un événement d'envergure : le Bellator MMA à l'Accor Arena, le samedi 10 octobre.