

Abo Ecole-club - Cours en ligne Liens zoom

Chères clientes, chers clients

Avec votre abonnement, vous profitez de la possibilité de participer à divers cours en ligne. Vous trouverez ci-dessous toutes les informations importantes sur la manière de réserver une leçon et de vous connecter aux cours en ligne. Sur les pages suivantes, vous trouverez un aperçu de tous les cours et les liens de zoom correspondants.

Procédure:

- Veuillez vous inscrire pour toutes les leçons auxquelles vous souhaitez assister via le portail clients. Le nombre de places est limité. Pour vous inscrire, utilisez, comme pour les cours de présence, le M-Login sur le site Internet de l'Ecole-club www.klubschule.ch (inscription en haut à droite).
- Comme pour les cours en présentiel, vous réservez les cours en ligne au plus tard 30 minutes avant le début de la leçon. Les annulations sont possibles jusqu'à 2 heures avant le début de la leçon dans l'aperçu "Dates réservées".
- Notez que certains cours nécessitent du matériel, comme un tapis de yoga ou de gymnastique, ou toute autre surface confortable. De plus, vous avez besoin de suffisamment d'espace. Le responsable du cours vous informera au début de la leçon du matériel dont vous aurez besoin pour la leçon en question.
- Tous les cours en ligne sont dispensés avec Zoom. Veuillez vous connecter à l'heure avant le début du cours. Le responsable du cours reçoit un message dès que vous vous trouvez dans la salle d'attente de la réunion Zoom et vous laisse entrer, à condition que vous vous soyez inscrit à cette leçon.
- Si vous participez à une réunion zoom pour la première fois, veuillez suivre la procédure suivante :
 1. Cliquez sur le "lien zoom" pour chaque cours.
 2. Installez le client / l'application Zoom sur votre ordinateur, votre tablette ou votre smartphone. Vous pouvez également participer via un navigateur web.
 3. Après l'installation, fermez l'application ou le navigateur et cliquez à nouveau sur le lien. Vous participerez ensuite automatiquement au cours via Zoom-Meeting.
- Si vous avez déjà utilisé Zoom, vous participez automatiquement au cours via la réunion Zoom en cliquant directement sur le lien Zoom.
- Si vous ne pouvez pas cliquer sur le lien, allez sur le site www.zoom.us ou sur l'application Zoom (sur votre smartphone) et sélectionnez "Rejoindre une réunion". Saisissez ensuite l'ID de la réunion du cours.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir avec nos cours en ligne Live.

Votre École-club Migros

Lundi

Pilates 12:00-12:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: 261 297 3228
Pilates prénatal 18:00-18:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: 261 297 3228
Ventre jambes fessiers 19:00-19:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: Meeting-ID: 261 297 3228
Hatha Yoga 19:30-20:20 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2579511081 ID de la réunion: 257 951 1081
Mobility und Core Training 20:00-20:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: 261 297 3228
Méditation - 30 min 20:30-21:00 heures. Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2579511081 ID de la réunion: 257 951 1081

Mardi

Face Yoga 19:30-20:20 Uhr Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2579511081 ID de la réunion: 257 951 1081
--	--

Mercredi

Qi Gong 19:00-20:15 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/4014987732 ID de la réunion: 401 498 7732
Pilates (en français) 19:00-19:50 heures. Langue d'enseignement: français	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/6685258049 ID de la réunion: 668 525 5769
Méditation - 30 min 20:00-20:30 heures. Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2907522177 ID de la réunion: 290 752 2177

Jeudi

Entraînement à la pleine 18:00-18:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Zoom-Link: https://zoom.us/j/9406216779 Meeting-ID: 940 621 6779
Pilates 19:15-20:05 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: 261 297 3228
Yin Yoga 20:40-21:30 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2579511081 ID de la réunion: 257 951 1081

Vendredi

Méditation - 30 min 07:30-08:00 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2907522177 ID de la réunion: 290 752 2177
Tai Chi Chuan 07:30-08:30 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2999652164 ID de la réunion: 299 965 2164
Yoga des fascias 08:10-09:00 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2907522177 ID de la réunion: 290 752 2177

Samedi

Pilates postnatal 09:00-09:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: 261 297 3228
Pilates 11:00-11:50 heures Langue d'enseignement: allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/2612973228 ID de la réunion: 261 297 3228

Version: 20.02.2026

Sous réserve de modifications (des cours). Il est possible que les cours ne commencent qu'à une date ultérieure ou qu'ils soient interrompus pendant quelques semaines. Consultez toujours l'annonce publiée toutes les deux semaines sur le portail et inscrivez-vous à toutes les leçons auxquelles vous souhaitez assister. Toutes les leçons auxquelles vous pouvez vous inscrire sur le portail ont lieu à ces dates.