

Programme des activités des Paris Rooftop Days 2025

V2 - 30 juillet 2025

	Samedi 27 septembre					Dimanche 28 septembre			
	Activité	Durée de l'activité	Nombre de groupes	Heure de rendez-vous		Activité	Durée de l'activité	Nombre de groupes	Heure de rendez-vous
Il Volo (Novotel Vaugirard)	Découverte - mocktail bien-être	2h	1	16h					
	Silent Disco	2h	1	19h					
Laho						Renforcement musculaire	45 mn / 1h	1	14h
						Self Défense	45 mn / 1h	2	15h15-16h30
						Visite/bar	1h	3	14h - 15h15 - 16h30
Jo&Joe	Stretching	45 mn / 1h	1	12h		Pilates	45 mn / 1h	1	12h
	Renforcement musculaire	45 mn / 1h	1	14h30		Yoga Family	45 mn / 1h	1	14h30
	Self Défense	45 mn / 1h	2	15h45 - 17h		HIIT	45 mn / 1h	1	15h45
	Visite/bar	1h	4	12h - 14h30 - 15h45 - 17h		Zumba avec Louise	45 mn / 1h	1	17h
						Visite/bar	1h	4	12h - 14h30 - 15h45 - 17h
Molitor	Pilates	45 mn / 1h	1	12h					
	Yoga Family	45 mn / 1h	1	14h30					
	HIIT	45 mn / 1h	1	16h15					
	Zumba avec Louise	45 mn / 1h	1	18h					
	Visite/bar	1h	4	12h - 14h30 - 16h15 - 18h					
Mama Shelter Paris West	Shiatsu	20 mn	4	10h - 10h45 - 11h30 - 12h15		Yoga adultes	45 mn / 1h	1	10h
	Zumba avec Ricco	45 mn / 1h	2	14h30 - 15h45		Yoga enfants-adultes	45 mn / 1h	1	11h15
	Visite/bar	45 mn ou 1h	6	10h - 10h45 - 11h30 - 12h15 - 14h30 - 15h45		Capoeira	45 mn / 1h	2	14h30 - 15h45
						Visite/bar	1h	4	10h - 11h15 - 14h30 - 15h45
Mama Shelter Paris East	Yoga adultes	45 mn / 1h	1	10h		Shiatsu	20 mn	3	9h45 - 10h30 - 11h15
	Yoga enfants-adultes	45 mn / 1h	1	11h15		Capoeira	45 mn / 1h	1	12h
	Capoeira	45 mn / 1h	1	12h30		Visite/bar	45 mn ou 1h	4	9h45 - 10h30 - 11h15 - 12h
	Visite/bar	1h	3	10h - 11h15 - 12h30					
Opéra Bastille	Découverte des toitures potagères	1h	4	10h - 12h - 16h30					
	Atelier bouturage	1h30	1	14h					
Les Ateliers Vaugirard	Cultiver la ville autrement	1h30	2	14h - 16h					
Aroma Toit	Culture de lavande	1h	3	9h15 - 12h15 - 14h30					
	Yoga près des fleurs	1h	2	10h45 - 15h45					
Paristech	Atelier papier semencé	1h	5	9h45-11h15-13h45-15h15-16h45					
Îlot Saint Germain	Conférence sur les toits de Paris	1h	2	13h45 - 14h45					
La Seine Musicale / Jardin Bellini						Fitness avec Lucile Woodward	1h	1	11h