

| Quand ? | Quelle Heure ? | Quoi ? | Où ? | Quand ? | Quelle Heure ? | Quoi ? | Où ? |
|----------------------------|----------------|------------------------|---------------|-------------------------|----------------|------------------------|---------------|
| Lundi 6 juillet | 9h00 | Gyrokinesis | Virtuel | Lundi 3 août | 9h00 | Gyrokinesis | Virtuel |
| | 19h00 | Core Class | Virtuel | | 19h00 | Core Class | Virtuel |
| Mardi 7 juillet | 9h00 | Pilates | Virtuel | Mardi 4 août | 12h30 | Pilates | Virtuel |
| | 12h30 | Pilates | Virtuel | Mercredi 5 août | 9h00 | Core Class | Virtuel |
| Mercredi 8 juillet | 9h00 | Core Class | Virtuel | | 18h00 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle |
| | 18h00 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle | Jeudi 6 août | 19h00 | Pilates | Soqi |
| Jeudi 9 juillet | 9h00 | Pilates | Virtuel | Vendredi 7 août | 8h30 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle |
| | 19h00 | Pilates | Soqi | | 9h00 | Yoga | Virtuel |
| Vendredi 10 juillet | 8h30 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle | | 12h30 | Core Class | Virtuel |
| | 9h00 | Yoga | Virtuel | Samedi 8 août | 10h00 | Spécial Dos Posture | Virtuel |
| | 12h30 | Core Class | Virtuel | | 11h00 | Cuisses Abdos Fessiers | Virtuel |
| Samedi 11 juillet | 10h00 | Spécial Dos Posture | Virtuel | Lundi 10 août | 19h00 | Core Class | Virtuel |
| | 11h00 | Cuisses Abdos Fessiers | Virtuel | Mardi 11 août | 9h00 | Pilates | Virtuel |
| Lundi 13 juillet | 19h00 | Core Class | Virtuel | Mercredi 12 août | 9h00 | Core Class | Virtuel |
| Mardi 14 juillet | 9h00 | Pilates | Virtuel | | 18h00 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle |
| Mercredi 15 juillet | 9h00 | Core Class | Virtuel | Jeudi 13 août | 19h00 | Pilates | Soqi |
| | 18h00 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle | Vendredi 14 août | 8h30 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle |
| Jeudi 16 juillet | 19h00 | Pilates | Soqi | | 9h00 | Yoga | Virtuel |
| Vendredi 17 juillet | 8h30 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle | | 12h30 | Core Class | Virtuel |
| | 9h00 | Yoga | Virtuel | Lundi 17 août | 19h00 | Core Class | Virtuel |
| | 12h30 | Core Class | Virtuel | Mardi 18 août | 9h00 | Pilates | Virtuel |
| Samedi 18 juillet | 10h00 | Spécial Dos Posture | Virtuel | Mercredi 19 août | 9h00 | Core Class | Virtuel |
| | 11h00 | Cuisses Abdos Fessiers | Virtuel | | 18h00 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle |
| Lundi 20 juillet | 9h00 | Gyrokinesis | Virtuel | Jeudi 20 août | 19h00 | Pilates | Soqi |
| Mercredi 22 juillet | 9h00 | Core Class | Virtuel | Vendredi 21 août | 8h30 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle |
| | 18h00 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle | | 9h00 | Yoga | Virtuel |
| Jeudi 23 juillet | 9h00 | Pilates | Virtuel | | 12h30 | Core Class | Virtuel |
| | 19h00 | Pilates | Soqi | Samedi 22 août | 10h00 | Spécial Dos Posture | Virtuel |
| Vendredi 24 juillet | 8h30 | Soqi en plein Air | Ferme d'Uccle | | 11h00 | Cuisses Abdos Fessiers | Virtuel |
| | 9h00 | Yoga | Virtuel | Mardi 25 août | 9h00 | Pilates | Virtuel |
| | 12h30 | Core Class | Virtuel | Jeudi 27 août | 19h00 | Pilates | Soqi |
| Lundi 27 juillet | 9h00 | Gyrokinesis | Virtuel | Vendredi 28 août | 9h00 | Yoga | Virtuel |
| Mardi 28 juillet | 9h00 | Pilates | Virtuel | | | | |
| Jeudi 30 juillet | 9h00 | Pilates | Virtuel | | | | |
| | 19h00 | Pilates | Soqi | | | | |
| Vendredi 31 juillet | 9H00 | Yoga | Virtuel | | | | |