

DATES DES FORMATIONS



La formation complète « Arc-en-Flex® »



DEVENEZ PRATICIEN EN MÉTHODOLOGIE ARC-EN-FLEX® EN 5 MODULES DE BASE

- **MODULE 1 ROUGE de base :** Méthodologie des réflexes archaïques 4 jours - 32 H
- **MODULE 2 ORANGE complémentaire :** Méthodologie des réflexes de vie 4 jours - 32 H
- **MODULE 3 JAUNE complémentaire :** Méthodologie des réflexes intra-utérins et de naissance 4 jours - 32 H
- **MODULE 4 VERT complémentaire :** Méthodologie du réflexe tendineux de protection 4 jours - 32 H
- **MODULE 7 VIOLET de validation :** Validation en méthodologie Arc-en-flex 3 jours - 24 H



Cursus de base
19 jours
TOTAL 152 H

=> Le **module rouge** est à faire obligatoirement en 1^{er}. Dès la fin de ces 4 premiers jours, vous serez capables de gérer une consultation réflexes de base.

Tous les autres modules peuvent idéalement se suivre dans l'ordre proposé ou celui qui vous convient.

Pour accéder au **module 7 violet de Validation**, il faut impérativement avoir suivi les 4^{es} modules : **rouge, orange, jaune & vert**.

COMPLÉTEZ VOTRE CURSUS AVEC 3 MODULES OPTIONNELS

- **MODULE 5 TURQUOISE optionnel :** Méthodologie préventive des réflexes de la maternité 3 jours - 24 H
- **MODULE 6 FUCHSIA optionnel :** Anatomie palpatoire 3 jours - 24 H
- **MODULE 8 OR optionnel :** Méthodologie d'approfondissement des réflexes 4 jours - 32 H
- **Module 9 INDIGO optionnel :** Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire 3 jours - 24 H

Cursus optionnel
13 jours
Total 104 H

- **Total JOURS – HEURES comprenant les 9 modules :**
32 jours – 256 heures

www.arc-en-flex.fr

Où se former ?

Nos formations ont lieu principalement en France en région : **Chilly-Mazarin (proche Paris)**, **Plougastel-Daoulas (proche Brest)**, **Barr (proche Strasbourg)**, **Francheville (proche Lyon)**, **Menthonnex-sous-Clermont (proche Annecy)**, **Malataverne (proche Montélimar)** et **Clarensac (proche Nîmes)**.



Chaque formatrice anime dans chacune de ces régions.
Il nous arrive de nous déplacer sur demande.



Les formatrices Arc-en-flex®



Sonia ESCANDE

Praticienne et formatrice réflexes

Centre Terre Happy

36 rue Jean Corre

29470 Plougaste-Daoulas

+ (33) 6 63 98 98 08

s.escande.dmk@gmail.com

www.soniaescande.wixsite.com

MODULES DISPENSÉS :



Cyndie BUCHET

Praticienne et formatrice réflexes

72 impasse du Verger

74270 Menthonnex-sous-Clermont

+ (33) 6 71 23 37 89

contact@touttempsmusiques.com

www.touttempsmusiques.com

MODULE DISPENSÉ :



Bénédicte CAZALS

**Fondatrice et créatrice de
la méthodologie Arc-en-flex®
Ostéopathe D.O**

Centre d'Ostéopathie & Réflexes

11 mail Henry de Vilmorin

91300 Massy

+ (33) 6 66 01 85 66

cazalsosteo@gmail.com

www.osteopathie-et-reflexes.fr

MODULES DISPENSÉS :



Carole GOUNELLE

Ostéopathe D.O et formatrice réflexes

Espace Santé Cirque Romain

15 rue de la Casernette

30900 Nîmes

+33(0) 6 68 24 57 45

carole.gounelle@gmail.com



Laurence THIBAUD

Praticienne et formatrice réflexes

36 rue impasse Charmieu Saint Maurice de Thaurins

73240 Saint Genix Les Village

& 93 avenue des Massets 73190 Challes les Eaux

+ (33) 6 95 30 51 12

lauretflexequilibre@gmail.com

www.laurencethibaud.fr

MODULES DISPENSÉS :



Sandy STEVENS

Praticienne et formatrice réflexes

Centre Terre Happy

1 place des Fines Herbes

67210 Obernai

+ (33) 7 69 35 84 85

sandy@abcdesreflexes.com

www.abcdesreflexes.com

MODULES DISPENSÉS :



Inscriptions

Centre de formation gérant les inscriptions.



**Centre de formation
CAZALS Bénédicte**

◆◆◆
CAZALS Bénédicte El

11 mail Henry de Vilmorin
91300 Massy

formationarcenflex@gmail.com

+ 33 (0) 6.66.01.85.66. (questions sur la formation)

+33 (0) 7.80.34.26.43. (questions administratives)

◆◆◆
Gestion des inscriptions pour :

- **Chilly-mazarin** (proche Paris)
- **Plougastel-Daoulas** (proche Brest)
- **Barr** (proche Strasbourg)
- **Francheville** (proche Lyon)
- **Menthonnex-sous-Clermont** (proche Annecy)
- **Clarensac** (proche Nîmes)
- **Malataverne** (proche Montélimar)



Je suis Elodie Milliet, assistante administrative pour Arc-en-flex®. J'interviens dans les 2 Centres pour vos inscriptions et prises en charge !



Calendrier 2025 Arc-en-flex®

Toutes les dates en un clin d'oeil - 2e semestre

Site : www.arc-en-flex.fr

Inscription : formationarcenflex@gmail.com

Modules de BASE

- Module Rouge** : Méthodologie des réflexes archaïques
- Module Orange** : Méthodologie des réflexes de vie
- Module Jaune** : Méthodologie des réflexes intra-utérins & de naissance
- Module Vert** : Méthodologie du réflexe tendineux de protection
- Module Violet** : Validation en Méthodologie Arc-en-flex®

Modules

Optionnels

- Module Turquoise** : Méthodologie préventive des réflexes de maternité
- Module Fuchsia** : Anatomie palpatoire
- Module Indigo** : Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire
- Module Or** : Méthodologie d'approfondissement des réflexes

Tarifs affichés TTC, pas de TVA applicable

Juillet 2025	Août 2025	Septembre 2025	Octobre 2025	Novembre 2025	Décembre 2025
1 Ma	1 V	1 L 36	1 Me	1 S	1 L 49
2 Me	2 S	2 Ma	2 J	2 Di	2 Ma
3 J	3 Di	3 Me	3 V	3 L 45	3 Me
4 V	4 L 32	4 J	4 S	4 Ma	4 J
5 S	5 Ma	5 V	5 Di	5 Me	5 V
6 Di	6 Me	6 S	6 L 41	6 J	6 S
7 L 28	7 J	7 Di	7 Ma	7 V	7 Di
8 Ma	8 V	8 L 37	8 Me	8 S	8 L 50
9 Me	9 S	9 Ma	9 J	9 Di	9 Ma
10 J	10 Di	10 Me	10 V	10 L 46	10 Me
11 V	11 L 33	11 J	11 S	11 Ma	11 J
12 S	12 Ma	12 V	12 Di	12 Me	12 V
13 Di	13 Me	13 S	13 L 42	13 J	13 S
14 L	14 J	14 Di	14 Ma	14 V	14 Di
15 Ma	15 V	15 L 38	15 Me	15 S	15 L 51
16 Me	16 S	16 Ma	16 J	16 Di	16 Ma
17 J	17 Di	17 Me	17 V	17 L 47	17 Me
18 V	18 L 34	18 J	18 S	18 Ma	18 J
19 S	19 Ma	19 V	19 Di	19 Me	19 V
20 Di	20 Me	20 S	20 L 43	20 J	20 S
21 L 30	21 J	21 Di	21 Ma	21 V	21 Di
22 Ma	22 V	22 L 39	22 Me	22 S	22 L 52
23 Me	23 S	23 Ma	23 J	23 Di	23 Ma
24 J	24 Di	24 Me	24 V	24 L 48	24 Me
25 V	25 L 35	25 J	25 S	25 Ma	25 J
26 S	26 Ma	26 V	26 Di	26 Me	26 V
27 Di	27 Me	27 S	27 L 44	27 J	27 S
28 L 31	28 J	28 Di	28 Ma	28 V	28 Di
29 Ma	29 V	29 L 40	29 Me	29 S	29 L 1
30 Me	30 S	30 Ma	30 J	30 Di	30 Ma
31 J	31 Di		31 V		31 Me

Vacances scolaires

Zone A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers.

Zone B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg.

Zone C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles.



Calendrier 2026 Arc-en-flex®

Toutes les dates en un clin d'oeil - 1er semestre

Site : www.arc-en-flex.fr

Inscription : formationarcenflex@gmail.com

- Modules de BASE
- Module Rouge** : Méthodologie des réflexes archaïques
 - Module Orange** : Méthodologie des réflexes de vie
 - Module Jaune** : Méthodologie des réflexes intra-utérins & de naissance
 - Module Vert** : Méthodologie du réflexe tendineux de protection
 - Module Violet** : Validation en Méthodologie Arc-en-flex®

- Modules Optionnels
- Module Turquoise** : Méthodologie préventive des réflexes de maternité
 - Module Fuchsia** : Anatomie palpatoire
 - Module Indigo** : Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire
 - Module Or** : Méthodologie d'approfondissement des réflexes

Tarifs affichés TTC, pas de TVA applicable

Janvier 2026	Février 2026	Mars 2026	Avril 2026	Mai 2026	Juin 2026
1 J 2 V 3 S 4 Di 5 L 6 Ma 7 Me 8 J 9 V 10 S 11 Di 12 L 13 Ma 14 Me 15 J 16 V 17 S 18 Di 19 L 20 Ma 21 Me 22 J 23 V 24 S 25 Di 26 L 27 Ma 28 Me 29 J 30 V 31 S	1 Di 2 L 3 Ma 4 Me 5 J 6 V 7 S 8 Di 9 L 10 Ma 11 Me 12 J 13 V 14 S 15 Di 16 L 17 Ma 18 Me 19 J 20 V 21 S 22 Di 23 L 24 Ma 25 Me 26 J 27 V 28 S	1 Di 2 L 3 Ma 4 Me 5 J 6 V 7 S 8 Di 9 L 10 Ma 11 Me 12 J 13 V 14 S 15 Di 16 L 17 Ma 18 Me 19 J 20 V 21 S 22 Di 23 L 24 Ma 25 Me 26 J 27 V 28 S 29 Di 30 L 31 Ma	1 Me 2 J 3 V 4 S 5 Di 6 L 7 Ma 8 Me 9 J 10 V 11 S 12 Di 13 L 14 Ma 15 Me 16 J 17 V 18 S 19 D 20 L 21 Ma 22 Me 23 J 24 V 25 S 26 Di 27 L 28 Ma 29 Me 30 J	1 V 2 S 3 Di 4 L 5 Ma 6 Me 7 J 8 V 9 S 10 Di 11 L 12 Ma 13 Me 14 J 15 V 16 S 17 Di 18 L 19 Ma 20 Me 21 J 22 V 23 S 24 Di 25 L 26 Ma 27 Me 28 J 29 V 30 S 31 Di	1 L 2 Ma 3 Me 4 J 5 V 6 S 7 Di 8 L 9 Ma 10 Me 11 J 12 V 13 S 14 Di 15 L 16 Ma 17 Me 18 J 19 V 20 S 21 Di 22 L 23 Ma 24 Me 25 J 26 V 27 S 28 Di 29 L 30 Ma

- Modules de BASE
-  **Module Rouge** : Méthodologie des réflexes archaïques
 -  **Module Orange** : Méthodologie des réflexes de vie
 -  **Module Jaune** : Méthodologie des réflexes intra-utérins & de naissance
 -  **Module Vert** : Méthodologie du réflexe tendineux de protection
 -  **Module Violet** : Validation en Méthodologie Arc-en-flex®

- Modules Optionnels
-  **Module Turquoise** : Méthodologie préventive des réflexes de maternité
 -  **Module Fuchsia** : Anatomie palpatoire
 -  **Module Indigo** : Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire
 -  **Module Or** : Méthodologie d'approfondissement des réflexes
- Tarifs affichés TTC, pas de TVA applicable

Juillet 2026		Août 2026		Septembre 2026		Octobre 2026		Novembre 2026		Décembre 2026	
1 Me		1 S		1 Ma		1 J	Sonia E. 650€ Brest (29)	1 Di		1 Ma	
2 J	Cyndie B.	2 Di		2 Me		2 V		2 L	45	2 Me	
3 V	Malataverne (26)	3 L	32	3 J		3 S		3 Ma		3 J	
4 S		4 Ma		4 V		4 Di		4 Me		4 V	
5 D	Bénédicte C. 490€ Chilly-Mazarin (91)	5 Me		5 S		5 L	41	5 J		5 S	
6 L		6 J		6 Di		6 Ma		6 V		6 Di	
7 Ma		7 V		7 L	37	7 Me		7 S		7 L	50
8 Me	Laurence T. 650€ Lyon (69)	8 S		8 Ma		8 J		8 Di		8 Ma	
9 J	Bénédicte C. 650€ Chilly-Mazarin (91)	9 Di		9 Me		9 V		9 L	46	9 Me	
10 V		10 L	33	10 J		10 S		10 Ma		10 J	
11 S		11 Ma		11 V		11 Di		11 Me	Carole G. 650€ Nîmes (30)	11 V	
12 Di		12 Me		12 S		12 L	42	12 J		12 S	
13 L	29	13 J		13 Di		13 Ma		13 V	Bénédicte 490 Chilly-Mazarin	13 Di	
14 Ma		14 V		14 L	38	14 Me		14 S		14 L	51
15 Me		15 S		15 Ma		15 J	Bénédicte C. 590€ Chilly-Mazarin (91)	15 Di		15 Ma	
16 J		16 Di		16 Me		16 V		16 L	47	16 Me	
17 V		17 L	34	17 J		17 S		17 Ma		17 J	
18 S		18 Ma		18 V		18 Di		18 Me		18 V	
19 Di		19 Me		19 S		19 L	43	19 J		19 S	
20 L	30	20 J		20 Di		20 Ma	Laurence T. 590€ Lyon (69)	20 V		20 Di	
21 Ma		21 V		21 L	39	21 Me		21 S		21 L	52
22 Me		22 S		22 Ma		22 J		22 Di		22 Ma	
23 J		23 Di		23 Me		23 V		23 L	48	23 Me	
24 V		24 L	Sandy S. 650€ Barr (67) Carole G. 590€ Nîmes (30)	24 J	Bénédicte C. 650€ Chilly-Mazarin (91)	24 S		24 Ma		24 J	
25 S		25 Ma		25 V		25 Di		25 Me		25 V	
26 Di		26 Me		26 S		26 L	44	26 J	Sonia E. 580€ Brest (29)	26 S	
27 L	31	27 J		27 Di		27 Ma		27 V		27 Di	
28 Ma		28 V		28 L	40	28 Me	Sandy S. 590€ Barr (67)	28 S		28 L	53
29 Me		29 S	Laurence T. 580€ Lyon (69)	29 Ma		29 J		29 Di		29 Ma	
30 J				30 Me		30 V		30 L	49	30 Me	
31 V			36			31 S				31 J	



Calendrier 2027 Arc-en-flex®

Toutes les dates en un clin d'oeil - 1er semestre

Site : www.arc-en-flex.fr

Inscription : formationarcenflex@gmail.com

Modules de BASE
 Module Rouge : Méthodologie des réflexes archaïques
 Module Orange : Méthodologie des réflexes de vie
 Module Jaune : Méthodologie des réflexes intra-utérins & de naissance
 Module Vert : Méthodologie du réflexe tendineux de protection
 Module Violet : Validation en Méthodologie Arc-en-flex®

Modules Optionnels
 Module Turquoise : Méthodologie préventive des réflexes de maternité
 Module Fuchsia : Anatomie palpatoire
 Module Indigo : Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire
 Module Or : Méthodologie d'approfondissement des réflexes

Tarifs affichés TTC, pas de TVA applicable

Janvier 2027	Février 2027	Mars 2027	Avril 2027	Mai 2027	Juin 2027
1 V	1 L	1 L	1 J	1 S	1 Ma
2 S	2 Ma	2 Ma	2 V	2 Di	2 Me
3 Di	3 Me	3 Me	3 S	3 L	3 J
4 L	4 J	4 J	4 Di	4 Ma	4 V
5 Ma	5 V	5 V	5 L	5 Me	5 S
6 Me	6 S	6 S	6 Ma	6 J	6 Di
7 J	7 Di	7 Di	7 Me	7 V	7 L
8 V	8 L	8 L	8 J	8 S	8 Ma
9 S	9 Ma	9 Ma	9 V	9 Di	9 Me
10 Di	10 Me	10 Me	10 S	10 L	10 J
11 L	11 J	11 J	11 Di	11 Ma	11 V
12 Ma	12 V	12 V	12 L	12 Me	12 S
13 Me	13 S	13 S	13 Ma	13 J	13 Di
14 J	14 Di	14 Di	14 Me	14 V	14 L
15 V	15 L	15 L	15 J	15 S	15 Ma
16 S	16 Ma	16 Ma	16 V	16 Di	16 Me
17 Di	17 Me	17 Me	17 S	17 L	17 J
18 L	18 J	18 J	18 Di	18 Ma	18 V
19 Ma	19 V	19 V	19 L	19 Me	19 S
20 Me	20 S	20 S	20 Ma	20 J	20 Di
21 J	21 Di	21 Di	21 Me	21 V	21 L
22 V	22 L	22 L	22 J	22 S	22 Ma
23 S	23 Ma	23 Ma	23 V	23 Di	23 Me
24 Di	24 Me	24 Me	24 S	24 L	24 J
25 L	25 J	25 J	25 Di	25 Ma	25 V
26 Ma	26 V	26 V	26 L	26 Me	26 S
27 Me	27 S	27 S	27 Ma	27 J	27 Di
28 J	28 Di	28 Di	28 Me	28 V	28 L
29 V		29 L	29 J	29 S	29 Ma
30 S		30 Ma	30 V	30 Di	30 Me
31 Di		31 Me		31 L	

Vacances scolaires

Zone A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers.

Zone B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg.

Zone C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles.



Calendrier 2027 Arc-en-flex®

Toutes les dates en un clin d'oeil - 2e semestre

Site : www.arc-en-flex.fr

Inscription : formationarcenflex@gmail.com

Modules de BASE
 Module Rouge : Méthodologie des réflexes archaïques
 Module Orange : Méthodologie des réflexes de vie
 Module Jaune : Méthodologie des réflexes intra-utérins & de naissance
 Module Vert : Méthodologie du réflexe tendineux de protection
 Module Violet : Validation en Méthodologie Arc-en-flex®

Modules Optionnels
 Module Turquoise : Méthodologie préventive des réflexes de maternité
 Module Fuchsia : Anatomie palpatoire
 Module Indigo : Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire
 Module Or : Méthodologie d'approfondissement des réflexes

Tarifs affichés TTC, pas de TVA applicable

Juillet 2027	Août 2027	Septembre 2027	Octobre 2027	Novembre 2027	Décembre 2027
1 J	1 D	1 Me	1 V	1 L	1 Me
2 V	2 L	2 J	2 S	2 Ma	2 J
3 S	3 Ma	3 V	3 D	3 Me	3 V
4 D	4 Me	4 S	4 L	4 J	4 S
5 L	5 J	5 D	5 Ma	5 V	5 D
6 Ma	6 V	6 L	6 Me	6 S	6 L
7 Me	7 S	7 Ma	7 J	7 D	7 Ma
8 J	8 D	8 Me	8 V	8 L	8 Me
9 V	9 L	9 J	9 S	9 Ma	9 J
10 S	10 Ma	10 V	10 D	10 Me	10 V
11 D	11 Me	11 S	11 L	11 J	11 S
12 L	12 J	12 D	12 Ma	12 V	12 D
13 Ma	13 V	13 L	13 Me	13 S	13 L
14 Me	14 S	14 Ma	14 J	14 D	14 Ma
15 J	15 D	15 Me	15 V	15 L	15 Me
16 V	16 L	16 J	16 S	16 Ma	16 J
17 S	17 Ma	17 V	17 D	17 Me	17 V
18 D	18 Me	18 S	18 L	18 J	18 S
19 L	19 J	19 D	19 Ma	19 V	19 D
20 Ma	20 V	20 L	20 Me	20 S	20 L
21 Me	21 S	21 Ma	21 J	21 D	21 Ma
22 J	22 D	22 Me	22 V	22 L	22 Me
23 V	23 L	23 J	23 S	23 Ma	23 J
24 S	24 Ma	24 V	24 D	24 Me	24 V
25 D	25 Me	25 S	25 L	25 J	25 S
26 L	26 J	26 D	26 Ma	26 V	26 D
27 Ma	27 V	27 L	27 Me	27 S	27 L
28 Me	28 S	28 Ma	28 J	28 D	28 Ma
29 J	29 D	29 Me	29 V	29 L	29 Me
30 V	30 L	30 J	30 S	30 Ma	30 J
31 S	31 Ma		31 D		31 V

Vacances scolaires

Zone A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers.

Zone B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg.

Zone C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles.



Calendrier 2028 Arc-en-flex®

Toutes les dates en un clin d'oeil - 2e semestre

Site : www.arc-en-flex.fr

Inscription : formationarcenflex@gmail.com

Modules de BASE
 Module Rouge : Méthodologie des réflexes archaïques
 Module Orange : Méthodologie des réflexes de vie
 Module Jaune : Méthodologie des réflexes intra-utérins & de naissance
 Module Vert : Méthodologie du réflexe tendineux de protection
 Module Violet : Validation en Méthodologie Arc-en-flex®

Modules Optionnels
 Module Turquoise : Méthodologie préventive des réflexes de maternité
 Module Fuchsia : Anatomie palpatoire
 Module Indigo : Méthodologie préventive des réflexes en milieu scolaire
 Module Or : Méthodologie d'approfondissement des réflexes

Tarifs affichés TTC, pas de TVA applicable

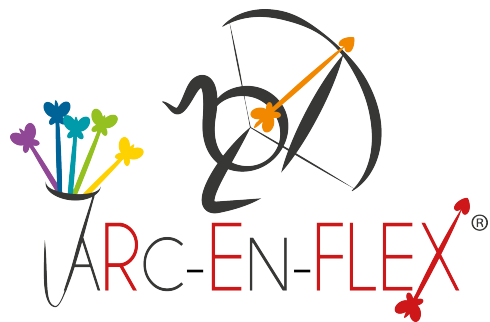
Janvier 2028	Février 2028	Mars 2028	Avril 2028	Mai 2028	Juin 2028
1 S	1 Ma	1 Me	1 S	1 L 18	1 J
2 D	2 Me	2 J	2 D	2 Ma	2 V
3 L	3 J	3 V	3 L 14	3 Me	3 S
4 Ma	4 V	4 S	4 Ma	4 J	4 D
5 Me	5 S	5 D	5 Me	5 V	5 L 23
6 J	6 D	6 L 10	6 J	6 S	6 Ma
7 V	7 L 6	7 Ma	7 V	7 D	7 Me
8 S	8 Ma	8 Me	8 S	8 L 19	8 J
9 D	9 Me	9 J	9 D	9 Ma	9 V
10 L 2	10 J	10 V	10 L 15	10 Me	10 S
11 Ma	11 V	11 S	11 Ma	11 J	11 D
12 Me	12 S	12 D	12 Me	12 V	12 L 24
13 J	13 D	13 L 11	13 J	13 S	13 Ma
14 V	14 L 7	14 Ma	14 V	14 D	14 Me
15 S	15 Ma	15 Me	15 S	15 L 20	15 J
16 D	16 Me	16 J	16 D	16 Ma	16 V
17 L 3	17 J	17 V	17 L 16	17 Me	17 S
18 Ma	18 V	18 S	18 Ma	18 J	18 D
19 Me	19 S	19 D	19 Me	19 V	19 L 25
20 J	20 D	20 L 12	20 J	20 S	20 Ma
21 V	21 L 8	21 Ma	21 V	21 D	21 Me
22 S	22 Ma	22 Me	22 S	22 L 21	22 J
23 D	23 Me	23 J	23 D	23 Ma	23 V
24 L 4	24 J	24 V	24 L 17	24 Me	24 S
25 Ma	25 V	25 S	25 Ma	25 J	25 D
26 Me	26 S	26 D	26 Me	26 V	26 L 26
27 J	27 D	27 L 13	27 J	27 S	27 Ma
28 V	28 L 9	28 Ma	28 V	28 D	28 Me
29 S	29 Ma	29 Me	29 S	29 L 22	29 J
30 D		30 J	30 D	30 Ma	30 V
31 L 5		31 V		31 Me	

Vacances scolaires

Zone A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers.

Zone B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg.

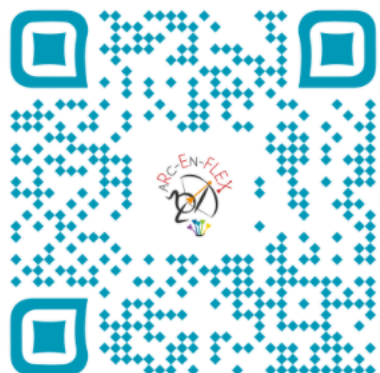
Zone C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles.



Entretenir le lien



Retrouvez Arc-en-flex® et l'équipe sur les réseaux.



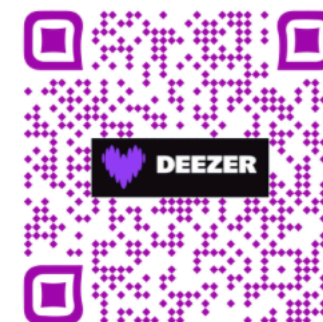
**Notre site
web**



**Notre
boutique**



**Notre page privée
Facebook**



**Notre chaîne
Youtube**



**Notre page publique
Facebook**



**Notre compte
INSTAGRAM**

**Nos flux
de podcasts**