



Studio Pilates

Du 26 Juin au 13 juillet 2017 : c'est l'ETE au Studio

LUNDI

26/06

MARDI

27/06

MERCREDI

28/06

JEUDI

29/06

VENDREDI

30/06

SAMEDI

01/07

Pilates petit mat
12h00

Pilates foam roller
12h00

Pilates découverte
12h00

Pilates découverte
10h00

Pilates Fit ball
11h00

Auto-massages
12h00

Pilates débutants
18h45
Pilates Mat I
19h45

Pilates Fit ball
17h15

Pilates découverte
18h15

Postural Ball®
19h15

Pilates foam roller
18h00

Auto-massages
19h00

Pilates débutants
16h30

Pilates Ring
17h30

Postural Ball®
18h30

LUNDI

03/07

MARDI

04/07

MERCREDI

05/07

JEUDI

06/07

VENDREDI

07/07

SAMEDI

08/07

Pilates petit mat
12h00

Pré-inscriptions
13h00-16h00

Pilates Mat I
18h15

Postural Ball®
19h15

Pilates foam roller
12h00

Cardio fit gliss
18h00

Pilates Fit ball
19h00

Postural Ball®
12h00

BEACH SOCCER
17H00 – 21H00

Venez
Encourager la Team

Cardio fit gliss
18h00

Postural Ball®
19h00

Pilates découverte
18H00

Papotes avec Jean-François
20h00
Alimentation –
Sommeil – AP

LUNDI

10/07

MARDI

11/07

MERCREDI

12/07

JEUDI

13/07

VENDREDI

14/07

SAMEDI

15/07

Pilates découverte
12h00

Pilates Fit ball
12h00

Pilates Mat I
12h00

FERMETURE ESTIVALE

Pilates Mat I
18h15

Pré-inscriptions
19h15-20h00

Postural Ball®
18h30

Pilates foam roller
16h30

Marche Nordique
18h00 – 19h30

TARIFS

Pilates découverte
Cardio – Pilates
Auto-massages

OFFERT
7€/séance
15€/séance

Postural Ball® : 10€/séance
Marche Nordique : 10€/séance