



Studio Pilates



Postural Ball®
INSTRUCTRICE

du 12 février au 25 février 2018 – VACANCES !!

LUNDI

12/02

MARDI

13/02

MERCREDI

14/02

JEUDI

15/02

VENDREDI

16/02

SAMEDI

17/02

Pilates fit forme
7h10

FERME

YOGA Pilates
11h00

Pilates Ring
11h00 *Débutant*

YOGA Pilates
12h00

Pilates foam roller
12h00 *Intermédiaire*

Pilates petit mat
12h10

Pilates foam roller
12h00 *Débutant*

Pilates Débutant
16h30

Pilates Débutant
17h30

Cardio forme
18h30

CAF
19h15

Atelier spécial
« PRINCESSE »
Pilates – Hammam
14h00 – 18h30

Pilates Fit ball
17h00

YOGA Pilates
18h00

Postural Ball®
19h15

Tarif :

- Pilates : 8,00€

- Yoga Pilates : 9,00€

- Postural ball® : 10,00€

- Atelier Maman Enfant : 15,00€

- Atelier "DOS" : 27,00€

- Atelier Princesse : 52,00€

LUNDI

19/02

MARDI

20/02

MERCREDI

21/02

JEUDI

22/02

VENDREDI

23/02

SAMEDI

24/02

FERME

Pilates Ring
12h00

YOGA Pilates
12h00

Pilates Ring
12h00 *Débutant*

Postural Ball®
12h00

YOGA Pilates
10h00

Atelier Pilates
Maman-Enfant
15h00

Atelier « DOS »
Auto-massages
14h00 – 16h30

Pilates Mat I
11h00

Cardio forme
17h30

Pilates Fit ball
17h15 *Intermédiaire*

Training
12h00

Pilates Fit ball
18h30

Pilates foam roller
18h15 *Débutant*

YOGA Pilates
16h45

YOGA Pilates
19h30

Postural Ball®
19h15

Postural Ball®
18h00