



Studio Pilates

| LUNDI 18/02 | MARDI 19/02 | MERCREDI 20/02 | JEUDI 21/02 | VENDREDI 22/02 | SAMEDI 23/02 |
|--|--|---|------------------------------|---|---|
| | | Pilates CARTE 7h10 | Marche Récréative 9h30 | | |
| YOGA Pilates 12h15 | Pilates Fitball 11h00 Pilates Mat 3 12h10 | | Pilates Foam Roller 12h00 | Fitball Révolution 12h00 | |
| 15h00 – 16h15 Atelier ZEN Mère & Enfant YOGA Relaxation | | 14h00 – 17h00 Parenthèse Enchantée YOGA Relaxation Apprentissage Massage | | 14h00 – 15h45 Atelier Auto-massages Balles à picots | |
| Fitball Révolution 17h15 | | Fitball Révolution 18h45 | | YOGA Pilates & 16h15 Relaxation | |
| YOGA Pilates & 18h15 Relaxation | | Pilates Mat 3 19h45 | | | |
| LUNDI 25/02 | MARDI 26/02 | MERCREDI 27/02 | JEUDI 28/02 | VENDREDI 01/03 | SAMEDI 02/03 |
| | | YOGA Pilates & 10h45 Relaxation | | PILATES & Relax 10h45 | Atelier DOS 9h45 |
| YOGA Pilates 12h15 | Pilates Foam Roller 12h10 | Pilates Fitball 12h05 | | Fitball Révolution 12h00 | Pilates CARTE 11h00 Matériel I |
| 14h00 – 15h45 Atelier Auto-massages Balles à picots | | YOGA Enfants 15h00 | | YOGA Pilates & 17h15 Relaxation | 14h00 – 17h00 Parenthèse Enchantée YOGA Relaxation Apprentissage Massage |
| | Fitball Révolution 17h30 | Pilates Foam Roller 16h15 | | | |
| | YOGA Pilates & 18h30 Relaxation | | | | |

| Tarifs |
|---|
| Fitball Révolution : 10,00€ |
| Yoga ou Pilates : 10,00€ |
| Yoga & Relaxation / Pilates & Relaxation : 12,00€ |
| Yoga Enfants : 8,00€ |
| Parenthèse Enchantée : 37,00€ |
| Atelier Zen : maman & enfant 20,00€ |
| Atelier auto-massages : 18,00€ |