

du 1er janvier au 30 juin 2022

Planning des cours collectifs



	MATIN		MIDI		SOIREE	
LUNDI	9H00 Pilates Zen	10H05 Abdos/dos	12H10 Pilates Tonique	17H10 Pilates Zen	18H15 Pilates Tonique	19H30 Pilates Avancé
MARDI						
MERCREDI	9H40 Pilates Tonique	10H40 Stretching	12H10 Pilates Zen		17H40 Abdos/dos	18H45 Yoga du dos
JEUDI						
VENDREDI		10H15 Marche active		17H40 flash abdos en extérieur	18H20 Marche active	