Planning cours en ligne

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		9H00- Pilates intermédiaire	8H40- Pilates débutant		9H20- Pilates débutant
					10H20- Pilates débutant
	10H30- Pilates débutant			10H40- Pilates tout niveaux	
			12H10 - Pilates intermédiaire		
			18H40- Pilates intermédiaire		
19H - Pilates intermédiaire					
	19H30- Pilates débutant	19H50- Relaxation			

Planning cours de Yoga

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		9H00- Yoga Vinyasa			
		12H20- Yoga aérien		12H00- Yoga Vinyasa ou Yin Yoga	
		17H45 Yoga Vinyasa			
19H30- Yoga Aérien	20H00- Yoga Yin				

Planning cours en salle

Lundi

18H00 - Pilates intermédiaire

19H00 - Pilates intermédiaire

Mardi

09H30 - Pilates intermédiaire

10H30 - Pilates débutant

11H30 - Pilates tout niveaux

12H30 - Pilates intermédiaire

18H30 - Pilates débutant

19H30 - Pilates débutant

Mercredi

09H00 - Pilates intermédiaire

10H00 - Pilates intermédiaire

11H00 - Pilates débutant

18H45 - Pilates débutant

19H30 - Etirements

19H40 - Pilates intermédiaire

Planning cours en salle

Jeudi

08H40 - Pilates débutant

09H40 - Pilates intermédiaire

12H15 - Pilates intermédiaire

17H40 - Pilates intermédiaire

18H40 - Pilates intermédiaire

Vendredi

09H45 - Pilates intermédiaire

10H45 - Pilates tout niveaux

11H40- Pilates débutant

Samedi

09H20 - Pilates débutant

10H20 - Pilates intermédiaire