

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	10H00 — 11H00 GYM DOUCE		10H00 — 11H00 GYM DOUCE	10H00 — 10H45 PILATES FLOW
12H30 — 13H15 PILATES FLOW	12H30 — 13H15 ABDOS FESSIERS	12H30 — 13H15 PILATES FLOW	12H30 — 13H15 POSTURAL BALL ®	12H30 — 13H15 PILATES FLOW
17H30 — 18H15 BODY SCULPT	17H30 — 18H15 PILATES FLOW	17H30 — 18H15 PORT DE BRAS	17H30 — 18H15 POSTURAL BALL ® SOFT	
18H30 — 19H15 POSTURAL BALL ®	18H30 — 19H15 PILATES FLOW	18H30 — 19H15 ABDOS FESSIERS STRETCHING	18H30 — 19H15 PILATES FLOW	
		19H30 — 20H15 PILATES FLOW	19H30 — 20H15 CARDIO BARRE	

Planning des cours

