



	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRIDAY	SAMEDI / SATURDAY	DIMANCHE / SUNDAY
MATIN / MORNING		YOGA MORNING FLOW 07:30 / 08:30 (1h)					
	PILATES 9:00 / 10:00 (1h) MAEVA 2	ALEXANDRINE TOUS / ALL	PILATES 9:00 / 10:00 (1h) CECILE TOUS / ALL		PILATES 9:00 / 10:00 (1h) INGRID 1 & 2	YOGA ASHTANGA 09:00 / 10:15 (1h15) JEAN-MARC 2	YOGA KUNDALINI 9:45 / 11:00 (1h15) STACY TOUS / ALL
	PILATES REFORMERS 10:00 / 11:00 (1h) MAEVA 2	PILATES SPINE Spécial dos 10:00 / 11:00 (1h) INGRID TOUS / ALL	PILATES REFORMERS 10:00 / 11:00 (1h) CECILE Tous niveaux	YOGA VINYASA FLOW 10:00 / 11:15 (1h15) JULIE 2	PILATES SPINE Spécial dos 10:00 / 11:00 (1h) INGRID TOUS / ALL	YOGA VINYASA 10:15/11:30 (1h) MAEVA TOUS / ALL	
		PILATES 11h00 / 12h00 (1h) INGRID 2		YOGA SENIORS 11:15 / 12:15 (1h) ALICIA SENIORS	PILATES REFORMERS 9/00 10:00 / 11:00 (1h) 9h -10h/10h-11h Tous niveaux	PILATES 11:30 / 12:30 (1h) JUDICAEL 1 & 2	YOGA VINYASA FLOW ANG/FR 11:00 / 12:15 (1 h15) ALEXANDER 2
		YOGA VINYASA FLOW 12:30 / 13:30 (1h) KATRIN TOUS / ALL				FIT Pilates Renforcement 12:30 / 13:30 (1h) JUDICAEL TOUS / ALL	YOGA VINYASA FLOW 12:30 / 13:45(1h15) ALEXANDRINE TOUS / ALL
						PILATES REFORMERS 14:30 -15:30 (1h) INGRID A partir du 18 mai TOUS / ALL	
						PILATES 15H30-16H30 INGRID A partir du 18 mai TOUS / ALL	
						VINYASA FLOW 16:30 / 17:45 (1h15) KAMEL 2	
				YOGA VINYASA FLOW 17:30 / 18:45 (1h15) SOPHIE TOUS / ALL	PILATES REFORMERS 17:45 / 18:45 (1h) INGRID TOUS / ALL		
	APRES - MIDI / AFTERNOON	YOGA VINYASA ANG/FR 18:30/19:45:30 (1h15) BENOIT 2	PILATES REFORMERS 18:45 / 19:45 (1h) EUGENIE DEBUTANTS/BEGINNERS	YOGA VINYASA FLOW ANG/FR 18:45/20:00 (1h15) BENOIT 2	PILATES 18:45 / 19:45 (1h) INGRID 2		YIN YOGA 18:00 / 19:15 (1h15) CELINE TOUS / ALL
SOIREE / EVENING	YOGA YIN YANG 19:45/21:00 (1h15) PIA TOUS / ALL DEBUTANTS	PILATES 19:00 / 20:00 (1h) JUDICAEL TOUS / ALL			YOGA VINYASA CORE ANG/FR 19:30/20:45 (1h15) ALEXANDER 2		
		YOGA KUNDALINI 20:00 / 21:15 (1h15) CAMILLE TOUS / ALL	YOGA DEEP FLOW ANG/FR 20h:00/ 21:00 (1h) BENOIT TOUS / ALL DEBUTANTS				

- TOUS NIVEAUX
- NIVEAU 1 DEBUTANTS
- Niveau 2 INTERMEDIAIRES
- NIVEAU 3 AVANCES

Si vous n'avez pas réservé votre cours pensez à vérifier les horaires et leur maintien avant de venir via le planning du site ou par téléphone (surtout pour les cours du matin et milieu après-midi)

If you have't booked your session, please remember to check on the website the schedule that the session is well maintained before coming.

Si non vous pouvez nous joindre à tout moment tél 01.40.09.26.69 /mail contact@ommstudio.fr ou page contact du site www.ommstudio.fr Pour tous renseignements vous nous trouverez aux heures de cours et 30 minutes avant le cours :)