

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		8h45 PILATES REFORMER/ CADILLAC NIVEAU 1 et 2 1h ARNAUD		9h30 PILATES REFORMER/ CADILLAC NIVEAU 1 et 2 1h JULIETTE		
10h00	10h00	10h00	10h00	10h30 PILATES MAT NIVEAU 1 1h FRANCOIS	10h15	10h30
PILATES SPECIAL DOS TOUS NIVEAUX 1h BERENGERE	PILATES SPECIAL DOS TOUS NIVEAUX 1h ESTELLE	PILATES SPECIAL DOS TOUS NIVEAUX 1h CECILE	PILATES MAT NIVEAU 1 et 2 1h BERENGERE		YOGA VINYASA FLOW TOUS NIVEAUX FR/ENG 1h KATHYA	PILATES REFORMER/CADILLAC NIVEAU 1 et 2 1h FRANCOIS
11h00					11h30 / 11h45	11h30
PILATES MAT NIVEAU 1 et 2 1h BERENGERE	11h30 PILATES REFORMER / CADILLAC NIVEAU 1 et 2 1h ESTELLE				PILATES MAT NIVEAU 2 et 3 1h FRANCOIS	PILATES MAT NIVEAU 1 et 2 1h FRANCOIS
	12h30 PILATES MAT NIVEAU 1 et 2 1h ESTELLE			12h30 PILATES REFORMER/ CADILLAC NIVEAU 2 1h NASTASIA	PILATES REFORMER/ CADILLAC NIVEAU 1 et 2 1h NASTASIA	12h30 PILATES REFORMER/CADILLAC NIVEAU 1 et 2 1h FRANCOIS
18h00				18h30		18h30
PILATES FLOW DYNAMIQUE NIVEAU 2 FR / ENG 50 min ALICE				PILATES MAT NIVEAU 2 1h ESTELLE		YIN & RELAX TOUS NIVEAUX 1h15 CÉLINE
19h00	19h00	19h00	19h00			
YOGA VINYASA FLOW NIVEAU INTERMEDIAIRE FR / ENG 1h15 BENOIT	YIN YOGA TOUS NIVEAUX 1h CELINE	YOGA VINYASA FLOW NIVEAU INTERMEDIAIRE 1h15 FR / ENG BENOIT	YOGA VINYASA & NIDRA TOUS NIVEAUX 1h30 MASHA			