



PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Jours heures	lundi	mardi	mercredi	jeudi
		10h-11h Pilates tapis 60 mn		9h30- 10h30 Pilates tapis 40' Pilates ballon 20'
				Yoga 60 mn
12h30-13h30		Pilates tapis 40' Pilates ballon 20'		
17h15- - 18h15	Pilates tapis 40' Pilates ballon 20'			
18h15-19h15	Pilates tapis 60 mn		Pilates tapis 40' Pilates ballon 20'	
19h15-20h15	Pilates tapis 60 mn		Yoga 60 mn	

Serviette obligatoire sur tapis de gym et Chaussures propres uniquement réservées pour la salle