

PLANNING DES COURS*

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10:00		10h00 - 10h45 Gym Douce			10h00 - 10h45 Pilates
11:00					
12:00					
13:00	12h30 - 13h15 Postural Ball®	12h30 - 13h00 Abdos / Fessiers	12h30 - 13h15 Pilates	12h30 - 13h00 Body Sculpt	12h30 - 13h15 Pilates
		13h00 - 13h30 Stretching		13h00 - 13h30 Stretching	
14:00
17:00					
18:00	17h15 - 18h00 Body Sculpt	17h30 - 18h15 Cardio Barre	17h30 - 18h15 Postural Ball®	17h45 - 18h30 Postural Ball® Soft	
	18h00 - 18h45 Postural Ball®	18h15 - 19h00 Pilates	18h15 - 18h45 Abdos / Fessiers	18h30 - 19h15 Pilates	
19:00		19h00 - 19h45 Pilates	18h45 - 19h15 Stretching		
			19h15 - 20h00 Pilates	19h15 - 20h00 Cardio Barre	
20:00					