

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 Pilates	12h30 - 13h00 Abdos / Fessiers 13h00 - 13h30 Stretching	12h30 - 13h15 Postural Ball®	12h30 - 13h00 Body Sculpt 13h00 - 13h30 Stretching	12h30 - 13h15 Pilates
14:00
17:00					
18:00	17h30 - 18h15 Body Sculpt	18h00 - 18h45 Pilates	17h30 - 18h15 Pilates	17h30 - 18h15 Postural Ball® Soft	
19:00	18h15 - 19h00 Postural Ball®	19h00 - 19h45 Pilates	18h30 - 19h15 Abdos / Fessiers & Stretching	18h30 - 19h15 Pilates	
20:00			19h30 - 20h15 Pilates	19h30 - 20h15 Cardio Barre	