Planning complet des activités

Saison 2020 / 2021

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi	
Haut	Bas	Haut	Bas	Haut	Bas	Haut	Bas	Haut	Bas	Haut	Bas
Complet		Complet	9h00/10h30 Yoga Iyengar	9h15 Défi Pilates		Complet		Complet	9h30 / 11h Yoga Ashtanga		
Complet	10h / 11h Ateliers Kinés	Complet		10h45 L'essentiel du Pilates	10h / 12h Danse enfants	Complet	10h / 12h Ateliers Kinés	Complet			10h / 11h30 Yoga Prénatal
12h15 Défi Pilates	12h15 / 13h30 Viny Yoga Hatha Yoga	12h15/13h15 Kundalini Yoga	12h15/13h45 Vinyasa Yoga			12h15 L'essentiel du Pilates	12h30 / 140h sMove	12h15 Beshaped	12h15/13h45 Yoga Iyengar		
				13h30 / 18h Danse enfants				14h00 Stretch / Lafia			
16h30 L'essentiel du Pilates			17h45 L'essentiel du Pilates			16h30 Défi Pilates					
18h Défi Pilates	18h15/19h30 Hatha Yoga	18h Be shaped		18h15 Défi Pilates	18h/19h30 Yin Yoga	Complet	18h/19h15 Hatha Yoga				
19h 30 L'essentiel du Pilates		19h30 Défi Pilates	19h15 / 20h30 Viny Yoga Hatha Yoga	19h45 Step & Co	19h45/21h15 Yoga Iyengar	19h30 Défi Pilates	19h30/21h00 Yoga Ashtanga				