



Planning des
cours
Flore&senS
Saison 2021 / 2022



	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		
9h	Pilates 3		Pilates 1		Pilates Reformer		Pilates 1		Pilates 2	Kiné	
10h	Be stretched		Lafia		Danse enfants	Pilates Petit effectif	Lafia		Be stretched		
11h	Pilates Flow		Pilates 2	Yoga yengar			Pilates Flow		Pilates 1		
12h	Pilates 2		Kundalini Yoga	Yoga yengar	Danse enfants		Pilates 1	S'move	Be shaped	Pilates Petit effectif	
13h											
14h			Kiné								Pilates Périnatalité
15h				Pilates Senior							
16h											
17h							Pilates Petit effectif				
18h	Pilates 1	S'move	Pilates 2		Pilates Flow	Yoga Yengar	Pilates 1				
19h	Step & Co		Be stretched		Lafia		Pilates Flow	Hatha Yoga			
20h	Pilates Reformer	Hatha Yoga				Yoga Yengar					
			Pilates 3		Pilates 1		Be shaped				

Programme valable du 06/09/2021 au 08/07/2022 sous réserve de modification par la direction