

PLANNING DES COURS POUR LE MOIS DE JUILLET 2018

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|
| | | | | |
| | 9H30-10H30 PILATES TOUS NIVEAUX | 10H-11H GYM DOUCE GLOBALE | 9H30-10H30 GYM DOUCE GLOBALE | 10H-11H GYM DOUCE GLOBALE |
| | | | 10H30-11H30 PILATES TOUS NIVEAUX | 11h-12h PILATES TOUS NIVEAUX |
| 12H15-13H15 PILATES TOUS NIVEAUX | | 12H15-13H15 PILATES TOUS NIVEAUX | | 12H30-13H15 PILATES DEMI-INTER |
| 14H-15H PILATES INTER | | | | 14H-15H STRETCH-RELAX |
| | | | | 15H-16H PILATES FEMME ENCEINTE |
| | | | | 16H-17H PILATES INTER |
| | | 18H30-19H15 CARDIO PILATES | | 17H-18H PILATES DEBUTANT |
| | 19H30-20H30 PILATES TOUS NIVEAUX | 19H15-20H15 PILATES INTER | | 18H-19H STRETCH-RELAX |
| | | 20H15-21H15 STRETCH- RELAX | | |
| | | | | |