

INFORMATIONS PRATIQUES

- Lavage des mains à l'aide du gel hydroalcoolique en entrant dans le studio et mis à disposition dans tout le studio,
- Arrivée 5 minutes avant le cours,
- Vestiaire,
- Apporter sa propre bouteille d'eau,
- Serviette obligatoire recouvrant totalement le tapis (60X180) ou apporter son propre tapis,
- Tenue confortable, chaussettes,