



En fonction du nombre d'inscription,
je me réserve la possibilité de modifier les horaires ou d'annuler les cours à tout moment.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		8h15-9h00 Pilates yoga Inter	8h15-9h15 Abdos Stretch Yoga « De Gasquet » Complet	
	9h30 - 10h15 Pilates Inter 2	9h30 - 10h15 Pilates Inter 2/3 Complet	9h30-10h30 Gym Douce Complet	9h30 - 10h30 Pilates Inter 3 + stretching
	10h20-11h05 Pilates Inter 2		10h35 - 11h20 Pilates Inter 2 Complet	10h35-11h35 Pilates Inter 2 +stretching
	11h15-12H00 Pilates de Gasquet Débutants/Inter Complet			
	12h30 - 13h15 Pilates Yoga Inter 2 Complet		12h30 - 13h15 Pilates Débutants/Inter 1 Complet	12h30 - 13h15 Pilates Yoga Inter 2/3 Complet
		14h30-15h15 Pilates De Gasquet Débutants Complet		
15h30 - 16h30 Gym Douce Complet				
16h45-17H45 Abdos Stretch Yoga De Gasquet				
17h55 - 18h40 Pilates Inter 2/3	17h55-18h40 Pilates Inter 2 Complet		17h55-18h40 Pilates yoga Débutants/Inter1 Complet	
18h45 - 19h30 Renfort/stretching En alternance Complet	18h45 - 19h30 Pilates Inter 3 Complet		18h45-19h30 Pilates inter 2 yoga Complet	
	19h35-20h20 Renfort musculaire Complet		19h35-20h35 Pilates Inter 2/3 yoga Complet	
	20h20-21h05 Stretching Complet			