

## PLANNING 24 - 28 Octobre 2022

### Lundi 24

- 12.15-13.30  
Yoga des Gars - Quentin

### Mardi 25

- 9.15-10.30  
Yin Yoga - Quentin
- 19.30-20.45  
Hatha Yoga - Marc

### Mercredi 26

- 18.30-19.30  
Pilates - Caroline
- 19.30-20.30  
Pilates - Caroline

### Jeudi 27

- 9.00-10.15  
Hatha Vinyasa - Quentin

### Vendredi 28

- 12.00-13.00  
Pilates - Caroline

## PLANNING 31 Octobre - 04 Novembre 2022

### Lundi 31

- 12.15-13.15  
Yoga des Gars - Quentin

### Mardi 01

- 10.30-11.30 \*  
Bain de Gong /  
méditation sonore - Amet

### Mercredi 02



### Jeudi 03

- 09.00-10.15  
Hatha Vinyasa - Quentin
- 10.30-11.30  
Fitness Pilates - Tara
- 12.00-13.00  
Sophrologie Adultes -  
Angélique
- 13.15-14.15  
Sophrologie Femmes enceintes -  
Angélique

### Vendredi 04

- 18.00-19.00  
Stretching - Estelle

- 20.00-22.00 \*  
Danse Libre - Cécile

- 20.00-21.15  
Yoga Danse - Kristel

En cas d'abonnement annuel à un cours, le tarif préférentiel de **15€ à la place de 22€**, sera appliqué.

\* Événement spécial : infos sur la page "Ateliers" du site [www.wellfuz.com](http://www.wellfuz.com).