Scannez-moi

Planning des cours collectifs Noël 2025

Du 29 Décembre 2025 au 3 Janvier 2026

Tous nos cours sont sur réservation, sauf en cas d'abonnement annuel à un cours.

YOGA	FITNESS / PILATES	AUTRES

	Lundi *Monday* *29-déc.*	Mardi *Tuesday* *30-déc.*	Mercredi *Wednesday* *31-déc.*	Jeudi *Thursday* *1-janv.*	Vendredi *Friday* *2-janv.*	Samedi *Saturday* *3-janv.*
09h00	Pas de cours collectifs mais des soins restent disponibles !					9.00 - 10.00 *RENFORCEMENT MUSCULAIRE* Maxime
09h30						
10h00						10.00 - 11.00 *MOBILITE / STRETCHING /* Maxime
10h30					10.15 - 11.15 *STRETCHING* Maxime	
11h00						11.00 - 12.00 *FITNESS & RENFO MUSCULAIRE* Jonathan
11h30						
12h00					12.00 - 13.00 *YOGA DYNAMIQUE* Justine	
12h30						
13h00						
13h30	Une pause pour mieux vous proposer de belles choses					
14h00						
14h30						
15h00						
15h30						
16h00						
16h30						
17h00						
17h30						
18h00						
18h30					18.15 - 19.45 *YOGA DE L'ALIGNEMENT I. IYENGAR* Davide	
19h00						
19h30						
20h00						