

Planning des cours Yoga/Pilates/Cross

Du 02.11 au 04.01.2026



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h							
9h	Streching Fanette	Step Fanette		Streching Fanette		Pilates	
10h		Pilates LIZ		Pilates LIZ		Nadia	Pilates Alice
11h				Renfo Musculaire Delphine	Renfo Musculaire Nadia		Cross training Alice
12h	Pilates MAT Fanette				Pilates		
13h					LIZ		
14h							
15h							
16h							
17h							
18h	Yoga Bérengère	Cross training Alice	Yoga Bérengère		Ballet Sculpt Delphine		
19h			Pilates LIZ				
20h							