

Planning des cours Yoga/Pilates/Cross

Du 04.01 au 05.05.2026



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