

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI
9H00	<b>PILATES INTERMEDIAIRE</b> Rocio	<b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b> Rocio	<b>VINYASA YOGA</b> Alexandra	<b>PILATES</b> Corinne	<b>HATHA YOGA</b> Valérie		
9H30	<b>9H00 - 10H00</b>	<b>9H00 - 10H00</b>	<b>9H00 - 10H15</b>	<b>9H00 - 10H00</b>	<b>9H00 - 10H15</b>		
10H00	<b>PILATES "DELICAT"</b> Rocio	<b>YOGA SENIORS</b> Alexandra		<b>QI GONG DYNAMIQUE</b> Nathalie	<b>PILATES "DELICAT"</b> Rocio		<b>HATHA FLOW YOGA</b> Alexandra
10H30	<b>10H05 - 11h05</b>	<b>10H15 - 11H15</b>	<b>PILATES</b> Alenka	<b>10H10 - 11H10</b>	<b>10H30 - 11h30</b>		<b>10H00 - 11H15</b>
11H00							
11H30	<b>HATHA YOGA</b> Hélène	<b>HATHA YOGA in ENGLISH</b> Emilie	<b>TAÏ-CHI CHUAN</b> Jean-Luc / Romila	<b>QI GONG</b> Nathalie			<b>PILATES</b> Corinne
12H00	<b>11H15 - 12H30</b>	<b>11H30 - 12H45</b>	<b>11H45 - 13H00</b>	<b>11H20 - 12H20</b>			<b>11H20 - 12H20</b>
12H30				<b>MARCHE "SANTÉ"</b> Nathalie			
13H00				<b>12H30 - 13H30</b>			
		<b>YOGA PRE/POST NATAL</b> Valérie					
		<b>15H00 - 16H00</b>					
16H30			<b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b> Corinne				
17H00			<b>16H50 - 17H50</b>				
17H30							
18H00	<b>PILATES</b> Corinne	<b>QI GONG</b> Romila	<b>PILATES INTERMEDIAIRE</b> Corinne	<b>SOPHRO-RELAXATION</b> Séverine	<b>YOGA NIDRA</b> 8 séances Séverine	<b>POSTURAL BALL</b> 10 séances Corinne	<b>ATELIERS STAGES</b>
18H30	<b>18H00 - 19H00</b>	<b>18H00 - 19H00</b>	<b>18H00 - 19H00</b>	<b>18H00 - 19H15</b>	<b>18H30 - 19H45</b>	<b>18H30 - 19H30</b>	
19H00	<b>PILATES INTERMEDIAIRE</b> Corinne	<b>VINYASA YOGA (DOUX)</b> Hélène	<b>SOPHRO-RELAXATION</b> Séverine	<b>VINYASA YOGA</b> Alexandra			
19H30	<b>19H15 - 20H15</b>	<b>19H15 - 20H30</b>	<b>19H10 - 20H25</b>	<b>19H20 - 20H35</b>			
20H00							
20H30	<b>VINYASA YOGA</b> Hélène	<b>PILATES</b> Corinne	<b>VINYASA YOGA</b> Ilona	<b>YOGA YIN</b> Alexandra			
21H00	<b>20H30 - 21H45</b>	<b>20H40 - 21H40</b>	<b>20H35 - 21H50</b>	<b>20H45 - 22H00</b>			
21H30							