

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	8 H 00 <b>PILATES GARUDA</b>				
			10H00 <b>PILATES SENIORS + PHATOLOGIES</b>		
		11 H 00 <b>PILATES + PRE/POST NATAL</b>			
12H00 <b>PILATES</b> petit groupe 4	12 H 30 <b>PILATES</b>	12 h 30 <b>GARUDA/ PILATES</b>	12 H 15 <b>PILATES</b> PETIT GROUPE 4	12 H 30 <b>SWISS BALL PILATES</b>	
				12 H 30 <b>YOGA</b>	
17H30 <b>PILATES</b>	17H30 <b>PILATES</b>	17H30 <b>SWISS BALL</b>			
18 H 30 <b>SWISS BALL</b>		18H30 <b>GARUDA</b>			
19H30 <b>GARUDA</b>		19 H 30 <b>STRECHING</b>	19 H 00 <b>GARUDA/ PILATES</b>		

PLANNING 2022/2023



WELLNESS STUDIO

Réservation  
06 68 10 23 88

les cours de pilates sur reformer  
sont sur rendez vous  
auprès de Caroline au 06 25 25 11 17