

PLANNING COURS COLLECTIF 2025/2026

HORAIRES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN					
			9h00 Pilates au sol Seniors Doux & Mobilité		
		10h00 Pilates Reformer Seniors Doux & Mobilité	10h00 Pilates Reformer Fondamentaux		
	11h15 Pilates Reformer Fondamentaux	11h15 Pilates Reformer Fondamentaux	11h15 Pilates Reformer Fondamentaux	11h15 Pilates Reformer Fondamentaux	11h15 Pilates Reformer Fondamentaux
MIDI	12h30 Pilates Sol Fondamentaux	12h30 Pilates Reformer Dynamique	12h30 Pilates Reformer Dynamique	12h30 Pilates Sol Fondamentaux	12h30 Pilates Reformer Fondamentaux
		12h30 Yoga Fondamentaux			
SOIR	18h15 Pilates au sol Dynamique	18h30 Pilates Reformer Dynamique	18h30 Danse Contemporaine	18h15 Pilates Sol Dynamique	
	19h00 Pilates Reformer Dynamique				