

Année 2026-2027

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
7H15 - 8H10 MORNING FUSION			
8H45 - 9H40 MOUVEMENT EN DOUCEUR			8H40 - 9H35 PILATES I & II
9H50 - 10H45 CORPS EN MOUVEMENT		10H30-11H25 MOUVEMENT EN DOUCEUR	9H50 - 10H45 STRETCHING & RELAXATION
12H15 - 13H10 PILATES II			
	14H00 - 14H55 PILATES I & II		
	15H15 - 16H10 GYM DOS		