

NOTRE PLANNING

MASSAGES / METHODE RENATA FRANCA

(Tous les jours sur réservation)

06. 32. 20. 19. 68

COACHING INDIVIDUEL

(Tous les jours sur réservation)

06. 78. 88. 74. 21

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
PILATES <i>Visio uniquement</i> <i>Dom</i> 8h45 - 9h45		PILATES <i>Au Stud'IO + Visio</i> <i>Dom</i> 9h00 - 10h00		YOGA INITIATION <i>Au Stud'IO</i> <i>Michka</i> 9h30 - 10h30	PILATES <i>Au Stud'IO + Visio</i> <i>Dom</i> 9h00 - 10h00
			CIRCUIT TRAINING <i>Au Stud'IO</i> <i>Michka</i> 12h30 - 13h30	REMISE EN FORME <i>Au Stud'IO</i> <i>Michka</i> 12h30 - 13h30	
PILATES <i>Au Stud'IO + Visio</i> <i>Dom</i> 18h00 - 19h00	PILATES <i>Au Stud'IO + Visio</i> <i>Helena</i> 18h15 - 19h15		PILATES <i>Visio uniquement</i> <i>Dom</i> 18h00 - 19h00		
RENFO TRAILEURS <i>Extérieur Fort des Rousses</i> <i>Michka</i> 18h30 - 19h30			YOGA <i>Au Stud'IO</i> <i>Inès</i> 18h00 - 19h00		
DEVELOPPEMENT PERSONNEL <i>Au Stud'IO</i> <i>Pauline</i> 19h20 - 20h30	PILATES <i>Au Stud'IO + Visio</i> <i>Dom</i> 19h30 - 20h30		YOGA / MEDITATION <i>Au Stud'IO</i> <i>Inès</i> 19h15 - 20h15		
	OUTDOOR TRAINING <i>Place de l'Omnibus</i> <i>Michka</i> 19h30 - 20h30				