

	lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		9h15 * Cardio Pilates 60'				10h00 Cardio Pilates 60'
	11h00 Pilates 60'	Cours Particulier sur RDV		CP  11h00 Pilates 60'		11h15 Pilates 60'
12h15	12h15 * Cardio 30'	12h15  Pilates 60'		12h15 * Cardio 30'		
13h00	* Pilates 30'			* Pilates 30'		
		17h15  Pilates 60'				
		18h30  Pilates 60'				
	18h30 Pilates  60'			19h00 Pilates  60'		
	20h00 Pilates  60'					

## PLANNING VACANCES FEVRIER SEMAINE 1

Les cours collectifs sont assurés à partir de 3 personnes, et annulés le cas échéant.

\* Cardio-Pilates: **Nouveau** cours **DETOX** .

**2 cours en 1:** 1 Cours d'endurance musculaire et cardio-vasculaire accessible à tous et 1 cours de renforcement des muscles profonds et posturaux.

**Avec la carte Pilates.**

**CP sur RDV:** COURS PARTICULIERS : Atteindre vos objectifs spécifiques, du sur mesure.  
Cours Particulier hypnose ou coaching physique sur RDV.