

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	9H00 – 10H00 Posturologie	9H30 – 10H30 Sophrologie	9H00 – 10H00 M. Pilates	9H00 – 10H00 Ashtanga Vinyasa Yoga
10H00 – 11H00 M. Pilates	10H15 – 11H15 Posturologie		10H15 – 11H15 Gym douce	10H15 – 11H15 Gym Ball
11H15 – 12H15 M. Pilates		11H00 – 12H00 Stretching Postural		
12H30 – 13H30 Gym Ball	12H15 – 13H15 Sport Santé	12H30 – 13H30 M. Pilates	12H15 – 13H15 M. Pilates	12H15 – 13H15 Posturologie
	13H30 – 14H45 Danse Ressource	14H30 – 15H30 M. Pilates		
15H00 – 16H00 Stretching Postural			15H00 – 16H00 M. Pilates	15H00 – 16H00 Gym Ball
16H15 – 17H15 Stretching Postural	16H30 – 17H30 Posturologie		16H30 – 17H30 Posturologie	
17H30 – 18H30 Stretching Postural	18H00 – 19H00 M. Pilates	17H00 – 18H00 Posturologie	18H00 – 19H00 Stretching Postural	17H00 – 18H00 Ashtanga Vinyasa Yoga
18H45 – 19H45 Stretching Postural	19H15 – 20H15 M. Pilates	18H10 – 19H10 Posturologie		
20H00 – 21H00 M. Pilates		20H00 – 21H00 M. Pilates	19H30 – 20H30 Stretching Postural	

Colette

Jocelyne

Catherine

Anne Marie : Sophrologie
Catherine : Danse Ressource

Nicolas

Emilie