Saison 2024 / 2025

Flore & Sens
Sport · Santé · Bien-être

Flore & Sens
Sport · Santé · Bien-être

	Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi		
	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching	Salle 1	Salle 2	Coaching
8h															
9h		Pilates 3		Pilates 1				Pilates Reformer 2		Pilates 1	Pilates Reformer 1			Pilates 2	Pilates petit Effectif Inter
10h		Be stretched		Lafia				Pilates 1		Lafia	Pilates Reformer 1			Be Stretched	Pilates petit Effectif Débutant
11h		Pilates Flow		Pilates 2				Be Stretch		Pilates Flow	Pilates Reformer 2			Pilates 1	Pilates sur Chaise
12h		Pilates 2						Pilates 1		Pilates 1				Be shaped	
13h															
14h															
15h															
16h															
17h		Pilates Reformer 2			Pilates Reformer 1	Pilates sur Chaise					Pilates 1			Pilates Reformer 1	
18h		Pilates 1			Pilates Reformer 1						Pilates Reformer 2				
19h		Pilates 2			Pilates 2		Pilates 1				Step				
20h		Pilates Reformer 2			Be stretched		Lafia				Pilates 2				
21h															