

SEMAINE SPÉCIALE

SEMAINE **14- 18 AVRIL**



JOUR	HEURE	COURS	OBJECTIVE	LIEUX
14	12:15 - 13:15	ADAGIO PILATESFLOWS	TRAVAIL EN DOUCEUR	hILarious STUDIO
14	18:00- 19:00	ALLEGRO PILATESFLOWS	TRAVAIL INTENSITÉ MOYENNE	Espace libre derrière Nid du Crô
15	18:00- 19:00	PRESTO PILATESFLOWS	TRAVAIL DYNAMIQUE	Espace libre derrière Nid du Crô
16	09:00- 10:00	ALLEGRO PILATESFLOWS	TRAVAIL INTENSITÉ MOYENNE	hILarious STUDIO
16	10:15- 11:15	SENIOR PILATESFLOWS	TRAVAIL EN DOUCEUR	hILarious STUDIO
17	18:00- 19:00	PRESTO PILATESFLOWS	TRAVAIL DYNAMIQUE	Espace libre derrière Nid du Crô
18	12:15- 13:15	ADAGIO PILATESFLOWS	TRAVAIL EN DOUCEUR	hILarious STUDIO



SEMAINE SPÉCIALE

SEMAINE 22 - 24 AVRIL

JOUR	HEURE	COURS	OBJECTIVE	LIEUX
22	18:00- 19:00	ALLEGRO PILATESFLOWS	TRAVAIL INTENSITÉ MOYENNE	Espace libre zone Plage Serrières
23	18:00- 19:00	SENIOR PILATESFLOWS	TRAVAIL EN DOUCEUR	Espace libre zone Plage Serrières
24	18:00- 19:00	PRESTO PILATESFLOWS	TRAVAIL DYNAMIQUE	Espace libre zone Plage Serrières