

RÉSERVEZ VOS HEURES POUR VOTRE COURS DE GROUPE DE 4 À 6 PERSONNES AVEC UN INSTRUCTEUR

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	PILATES REFORMER <i>Alain – 8h00</i>		PILATES REFORMER-SOL <i>Alain – 8h00</i>			
	PILATES REFORMER <i>Alain – 9h30</i>		PILATES REFORMER-SOL <i>Alain – 9h30</i>			
TRX (30 min.) <i>Jean-Michel – 12h00</i>	PILATES REFORMER <i>Alain – 12H00</i>		PILATES REFORMER-SOL <i>Alain – 12H00</i>			
INTRO YOGA <i>Samuel – 16h00</i>						
YOGA COURSE <i>Samuel</i> 17h15 à 18h30	PILATES REFORMER <i>Linda – 17h30</i>					
Vinyasa Flow <i>Samuel</i> 18h45 à 20h00						



RÉSERVATION RECOMMANDÉE
POUR TOUS LES COURS