

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

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	<b>PILATES REFORMER 1</b> <i>Alain – 8h00</i>		<b>PILATES REFORMER 1</b> <i>Alain – 8h00</i>	<b>T.R.X</b> <i>Alain</i> <b>9h25</b>		
<del><b>PILATES REFORMER 1</b> <i>Alain – 9h25</i></del> <i>Complet</i>	<del><b>PILATES REFORMER/SOL 2</b> <i>Alain – 9h25</i></del> <i>Complet</i>	<b>PILATES SOL 2</b> <i>Alain – 9h25</i>	<del><b>PILATES REFORMER 1</b> <i>Alain – 9h25</i></del> <i>Complet</i>			<b>PILATES REFORMER 1-2</b> <i>Linda – 10h00</i>
<del><b>PILATES REFORMER 1</b> <i>M-Helene – 10h30</i></del> <i>Complet</i>	<del><b>PILATES 2 REFORMER SANTÉ</b> <i>Alain – 10h30</i></del> <i>Complet</i>	<b>PILATES 3 SOL + T.R.X</b> <i>M-Helene – 10h30</i>	<del><b>PILATES 2 REFORMER SANTÉ</b> <i>Alain – 10h30</i></del> <i>Complet</i>	<b>COCO FIT AVEC BÉBÉ</b> <i>Vanessa</i> <b>10h30</b>		
<b>PILATES REFORMER 2</b> <i>Alain – 12h00</i>	<b>PILATES REFORMER 1</b> <i>Alain – 12H00</i>	<b>TRX (30 min)</b> <i>Jean-Michel – 12h15</i>	<b>PILATES REFORMER/SOL 1</b> <i>Alain – 12H00</i>	<b>ZUMBA</b> <i>Vanessa</i> <b>12h00</b>		
<b>PILATES REFORMER 2</b> <i>Nancy – 16h20</i>						
<b>PILATES REFORMER 2</b> <i>Stephanie – 17h20</i>	<del><b>PILATES REFORMER 1-2</b> <i>Linda – 17h30</i></del> <i>Complet</i>	<b>Pilates sol 2</b> <i>Nancy</i> <b>17h20</b>				
<b>PILATES REFORMER 3</b> <i>Nancy – 18h20</i>		<b>PILATES SOL 3</b> <i>Nancy</i> <b>18h45</b>				
	<b>Yoga Vinyasa</b> <i>Samuel</i> <b>19h00</b>		<b>COUNT FIT</b> <i>Vanessa</i> <b>19h00</b>			



*RÉSERVATION RECOMMANDÉE  
POUR TOUS LES COURS*