

Planning pour les séances de

PILATES EN LIGNE



9h00

10h00

12h30

13h30

14h00

15h00

18h30

19h30

19h30

20h30

LUNDI

PILATES
FONDAMENTAL

MARDI

PILATES
SENIORS et ADAPTE

PILATES
INTERMEDIAIRE

MERCREDI

PILATES
ADVANCED

AERO
PILATES

JEUDI

PILATES
FONDAMENTAL

VENDRED

PILATES
AVEC BALLON
fonda / inter