PLANNING QUAI N°10

LUNDI

- 9h30 - 11h — YOGA
- 12h30 - 13h15 — PILATES DOS
- 18h15 - 19h15 — PILATES
- 19h30 - 21h — YOGA

MARDI

- 9h30 - 10h30 — PILATES
- 12h30 - 13h15 — BODY TRAINING
- 18h15 - 19h15 — CUISSES ABDOS FESSIERS
- 19h30 - 20h30 — PILATES

MERCR

- 9h30 - 11h — YOGA
- 12h30 - 13h15 — PILATES
- 14h30 - 15h45 — ATELIER BIEN-ÊTRE EN GROUPE > SUR RDV
- 16h - 17h15 — ATELIER BIEN-ÊTRE INDIVIDUEL > SUR RDV
- 18h30 - 20h — YOGA

JEUDI

- 12h30 - 13h15 — CUISSES ABDOS FESSIERS
- 18h15 - 19h15 — BODY TRAINING
- 19h30-20h30 — SALSA DÉBUTANT
- 20h30-21h15 — BACHATA 1
- 21h15-22h00 — SALSA 2
- 22h00-22h45 — BACHATA 2

VENDREDI

- 10h - 11h — PILATES
- 12h15 - 13h45 — YOGA
- 19h - 21h — ROCK 1 OU 2 > stages 1 sem. sur 2

le 17 sept. cours d'essai
19h - ROCK 1
20h - ROCK 2

SAMEDI

- 10h30 - 12h — GINGA & CONSCIENCE CORPORELLE

DIMANCHE

SAMEDIS et DIMANCHES SOIRS nous organisons Stages, Ateliers, Concerts, Soirées ...

Retrouvez nos actus sur :

Quai n10
AssoCorpsAccord