

PLANNING abonnement VISIO BEOFORME 02/11-05/12

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeu</i>	<i>Vendredi</i>
	<u>9h-9h50</u> Pilates Bien Etre Anne Solene			
<u>9h30-10h20</u> Yoga Degasquet Préserver son dos Anne Solene		<u>10h-10h50</u> Stretching Souplesse et détente musculaire Claire		<u>10h-10h50</u> De Gasquet Abdos/Dos/Périnée Benoît
				<u>16h15-17h05</u> Yoga Prénatale Valérie
<u>8h15-19h05</u> Renfo Tonique Julie	<u>18h30-19h20</u> Pilates Tonique Orienté Haut du corps Benoit	<u>17h-17h50</u> Yoga Hatha Calme et sérénité Valérie	<u>A 18h-18h50</u> Pilates Bien Etre Recentrage et tonification Valérie	
			<u>A 19h15-20h05</u> DeGasquet Les fondamentaux Aurore	