

Planning des cours collectifs 2019-2020

NB : cours annulé moins de 24h00 avant la séance = 1 unité sera décomptée sur votre carte pour le mat et 2 unités pour les cours machines ; pour les abonnements mensuels tapis, le cours ne pourra pas être reporté.

| Horaires | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|---|---|---|--|--|---|-------------------------------------|
| pour les cours privés , prendre rdv directement au secrétariat | | | | | | |
| 09h00-10h00 | | | | | Cours Machines Stéphanie | |
| | | | Circuit Machines Yaëlle | | | |
| 10h00-11h00 | | | Cours Machines Yaëlle | Cours Machines Yuriko | Cours Machines Stéphanie | |
| | | | | | | Cours Mat tous niveaux Yaëlle |
| 11h00-12h00 | | | | Cours Machines Yuriko | | Cours Machines Yaëlle |
| 12h00-13h00 | Cours Machines Patricia | Cours Machines Patricia | Cours Machines Valentine | Cours Machines Yaëlle | Cours Machines Yaëlle | |
| | Cours Mat (sol débutants) Stéphanie | Pilates cardio Yaëlle | Cours Mat (sol intermédiaires avec accessoires) Yaëlle | Cours Mat (niv Intermédiaires) Patricia | Pilates cardio Stéphanie | |
| 13h00-14h00 | Cours Machines Stéphanie | Cours Machines niveau avancé Yaëlle | Cours Machines Yaëlle | Cours Machines Patricia | Cours Machines niveau avancé Yaëlle | |
| | Cours Mat (sol déb-interm) Patricia | Barre au sol Patricia | Cours Mat (sol débutants) Valentine | Cours Mat (sol avancé) Yaëlle | Cours Mat Pilates ball Stéphanie | |
| 14h00-15h00 | | Cours Machines Yaëlle | | Cours Machines Yaëlle | | |
| 15h00-16h00 "happy hours" Machines | Cours Machines Stéphanie | Cours Machines Valentine | Cours Machines Valentine | Cours machines Stéphanie | | |
| 16h00-17h00 "happy hours" Machines | Cours Machines Stéphanie | Cours Machines Valentine | Cours Machines Valentine | Cours machines Stéphanie | Stage pro thématique | |
| | | | | cours pro Mat Yaëlle | | |
| 18h30-19h30 | Cours Machines niveau avancé Patricia | | | Cours Machines Stéphanie | | |
| | Cours Mat (sol avancé) Stéphanie | Cours Mat (sol débutants) Nathalie | | | | |
| 19h30-20h30 | Cours Machines Stéphanie | Cours Machines Nathalie | | | | |
| | Cours Mat (sol intermédiaires) Patricia | | | Cours Mat (sol intermédiaires) Stéphanie | | |