

# STUDIO PILATES CHALON

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H00 / 9H55 pilates débutant	9H00 / 10H25 cardio	9H00 / 12H00 cardio	9H30 / 10H25 pilates	9H30 / 10H20 Spiral	9H00 / 9H55 pilates débutant
10H00 / 12H00 cardio	10H15 / 11H10 pilates		10H30 / 12H00 cardio	10H30 / 12H00 cardio	10H15 / 11H10 pilates interm.
12H15 / 13H00 pilates	12H15 / 13H00 reformer		12H15 / 13H00 pilates	12H15 / 13H00 pilates	11H15 / 14H00 cardio
14H30 / 15H25 pilates	14H30 / 19H20 cardio	14H30 / 17H25 cardio	14H30 / 16H25 cardio	14H30 / 15H30 reformer	
15H30 / 18H10 cardio		17H30 / 18H15 pilates	16H30 / 17H25 pilates	16H00 / 19H00 cardio	
18H20 / 19H15 renfo-strech		18H20 / 19H15 pilates	18H20 / 19H10 Spiral		
19H30 / 20H25 pilates	19H30 / 20H25 pilates découverte	19H30 / 20H25 pilates	19H30 / 20H30 reformer		

Contacts : Marie-France 06 62 13 28 28 - Gilles 06 15 96 04 95 - Planning sujet à modifications - Edité le 19/09/11