

ZONE EXPLO

Session Printemps



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						Kickboxing 9h00-10h00 Sarah R.
Vinyasa Yoga 10h30-11h30 Valérie P			Prana Flow 10h30-11h30 Caroline B.			Yoga FLOW 10h30-11h30 Stéphanie P.
	Yoga Flow 12h00-13h00 Mimy Nguyen	Taille -abdos-fessiers 12h00-13h00 Eloïse	Yoga aérien Power 12h00-13h00 Caroline B	Pilates au sol 12h00-13h00 Ginette S.		
			Pilates au sol 16h00-17h00 Ginette S.			
	Fondements Yoga aérien 17h30-18h30 Sandra R	Hatha Yoga 17h15-18h15 Anick P./Stéphane P	Yoga aérien flow 17h30-18h30 Julie C	Yoga Mobilité 17h00-18h00 Emilie L.		
	Abdos-force-stabilité 19H00-20H00 Ezri Cusson	Yoga aérien doux 19h00-20h15 Emilie L.	Yogalates Hybride 19h00-20h15 SandraR./Anick P.	Flow Yin 18h00-19h00 Tina W		