

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	9:15 Pilates Studio ALS	9:15 Pilates		9:15 PilateStrech Studio ALS	10:00 Pilates Energy ou Pilates Ball En alternance avec ↓ Yoga Vitalité
					11:00 PilateStretch En alternance avec ↓ Yoga Sérénité
12:30 Pilates Ball			12:30 BodySculpt Studio ALS	12:30 Pilates	
17:30 Pilates Studio ALS		17:30 Yoga Mobilité	17:30 Pilates		
18:30 Alchimic Yoga 18:30 Circuit Training (Petite salle)	18:30 Pilates	18:30 Yoga Energy Cocon	18:30 Pilates Accessoires Jours pairs Pilates Cardio Jours impairs 18:30 Yoga Slow Flow		
19:30 Yoga Cocon Aérien	19:30 Pilates Ball 1^{er} du mois Circuit Minceur 2^{ème} du mois Pilastretch 3^{ème} du mois Body Danse 4^{ème} du mois	19:30 Yoga Régénération	19:30 Yoga Douceur & Cocon		