

Planning Pilates - Saison 2025-2026 (à partir du 15/09/25)

		Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		
		Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	
9h00		9h-10h Inter-Avancé		9h-10h Intermédiaire		9h-10h Débutant-inter						9h15-10h15 Intermédiaire		9h00
10h00		10h-11h Confirmé	10h-11h Débutant-inter	10h-11h Débutant-inter	10h-11h Inter-avancé	10h-11h Confirmé		10h-11h Confirmé	10h-11h Débutant-inter	10h-11h Intermédiaire		10h15-11h15 Inter-Avancé		10h00
11h00		11h15-12h15 Débutant-inter		11h-12h Débutant-inter						11h-12h Débutant-inter				11h00
12h00												11h30-12h30 Débutant-inter		12h00
		12h30-13h30 Confirmé	12h30-13h30 Débutant-inter	12h30-13h30 Femmes enceintes	12h30-13h30 Débutant-inter			12h30-13h30 Intermédiaire	12h30-13h30 Débutant-inter	12h30-13h30 Débutant-inter	12h30-13h30 TAPIS Débutant-inter			13h00
13h00														13h00
14h00		14h30-15h30 Pilates Stretching Danièle												14h00
15h00														15h00
16h00														16h00
17h00						17h30-18h30 Débutant-inter				16h30-17h30 Intermédiaire				17h00
18h00		18h-19h Débutant-inter	18h-19h TAPIS Débutant-inter			18h30-19h30 Inter-Avancé	18h30-19h30 TAPIS Débutant-inter	18h-19h Intermédiaire						18h00
19h00		19h15-20h15 Inter-avancé	19h15-20h15 TAPIS Confirmé	19h30-20h30 Confirmé		19h30-20h30 Intermédiaire		19h-20h Confirmé	19h-20h Débutant-inter					19h00
20h00								20h-21h Confirmé	20h-21h Intermédiaire					20h00

Cours collectif Machines

Cours collectifs Tapis