

Rentrée 2026

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENREDI	
🕒 9h	9h - 10h 📄 REE		9h - 10h 🏋️ RM II		9h - 10h 🏋️ RM III		9h - 10h 🏋️ RM II		9h - 10h 📄 Pilates	
🕒 10h	10h - 11h 🏋️ RM II	10h - 11h 📄 Pilates	10h - 11h 💖 Supermama	10h - 11h 🧘 Etir&mob	10h - 11h 🏋️ RM II	10h - 11h 📄 REE	10h - 11h 📄 REE	10h - 11h 💖 Yoga périnatal	10h - 11h 🏋️ RM II	10h - 11h 🧘 Etir&mob
🕒 11h	11h - 12h 💖 Pilates périnatal	11h - 12h 🏋️ RM II	11h - 12h 📄 Pilates	11h - 12h 🏋️+💖 Mixte RMII/REE	11h - 12h 📄 Pilates	11h - 12h 🏋️+💖 Mixte RMII/REE	11h - 12h 📄 Pilates		11h - 12h 🏋️+💖 Mixte RMII/REE	11h - 12h 🪑 Pilates chaise
🕒 12h										
🕒 14h					📄 14h - 15h Pilates					
🕒 15h	15h - 16h 🏋️ RM I		15h - 16h 🏋️ RM I		15h - 16h 💖 Yoga périnatal		15h - 16h 🪑 Pilates sur chaise		15h - 16h 🏋️ RM I	
🕒 16h	📄 16h - 17h Pilates		16h - 17h 📄 REE	16h - 17h 🧠 Neurones & mouv			16h - 17h 🏋️+💖 Mixte RMII/REE	16h - 17h 💖 Yoga prénatal	16h - 17h 🏋️+💖 Mixte RMII/REE	16h - 17h ⭐ Pilates avancé
🕒 17h	17h - 18h 🏋️ RM III	17h - 18h 🧘 Yoga DG	17h - 18h 🏋️ RM II	17h - 18h 📄 Pilates	17h - 18h 💖 Supermama	17h - 18h 📄 Pilates	17h - 18h 🏋️ RM III		17h - 18h 📄 Pilates	
🕒 18h	18h - 19h ⭐ Pilates avancé	18h - 19h 🏋️+💖 Mixte RMII/REE	18h - 19h 🏋️ RM III	18h - 19h 📄 Pilates	18h - 19h ⭐ Pilates avancé	18h - 19h 🧘 Etir&mob	18h - 19h 📄 Pilates			



Sur réservation obligatoirement via Goove ou en cas de soucis : 06.95.09.96.38 OU 06.44.01.32.49

