



PLANNING STUDIO CLUB



Du 13 au 19 juillet

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Cours dispensés au Manoir avec Climatisation			9h25-10h Pilates Reformer Intermediaire Axel			
		10h30-11h25 Pilates Reformer Intermediaire Marine Manoir		10h40-11h35 Pilates Refomer Intermediaire Max		10h20-11h15 Dynamic Power Full Body Axel
			12h-12h55 Dynamic Power Lower Body Marine		11h45 12h40 Pilates Refomer Ballet Ksenia	
13h30-14h25 Pilates Refomer Max	13h30-14h25 Pilates Refomer Initiation Jeremie Manoir			13h05-14h Dynamic Power Full Body Max		12h45 13h40 Pilates Refomer Initiation Jeremie
		14h-14h55 Pilates Refomer Initiation Sylvie Manoir				
					15h40-16h35 Dynamic Power Lower Body Axel	
			16h30-17h25 Dynamic Power Full Body Marine Manoir			

Le port de chaussettes antidérapantes est fortement recommandé