

PLANNING CENTRE DANSE 2023-2024

<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENDREDI</u>
		9H00 Stretching		
9H30 LIA 10H Renforcement	9H30 Renforcement Musculaire		9H30 Cardio Postural +Stretch barre	
10H30 Stretch Postural	10H30 Pilates (hors forfait)		11H00 Pilates (hors forfait)	
			12H15 Pilates (hors forfait)	
				15H00 Circl Mobility Stretching
				16H00 ZUMBA
	18H30 ZUMBA	18H30 Renforcement Musculaire	18H30 Pilates (hors forfait)	
	19H30 STRONG	19H30 Circl Mobility Stretching	19H30 Pilates (hors forfait)	
Pascale	M-Laure	Pascale M-laure	Pascale M-laure	M-Laure