

! Dès 25 Octobre ! PLANNING HEBDO ELSA PILATES YOGA REUNION 2021/22

LUNDI St Pierre	MARDI St Pierre	MERCREDI St Pierre	JEUDI St Leu	JEUDI St Pierre	SAMEDI St Pierre	DIMANCHE St Pierre
	9H00-10H00 YOGA Doux <i>Plage</i>				ATELIERS & CONFERENCES	9H00-10H15 YOGA Kundalini
						10H45-12H00 YOGA Kundalini
12H15-13H15 PILATES	12H15-13H15 PILATES	12H15-13H15 PILATES	16H15-17H15 PILATES			Cours régulier du matin sauf si atelier cocooning 1X par mois alors cours après-midi
15H30-16H45 YOGA Prénatal		15H30-16H45 YOGA Prénatal	17H30-18H30 PILATES			
17H00-18H00 YOGA Ashtanga	17H15-18H15 PILATES	17H00-18H00 PILATES		17H00-18H15 YOGA Kundalini		16H00-17H15 YOGA Kundalini <i>1 X par mois</i>
18H15-19H15 PILATES	18H30-19H45 YOGA Kundalini	18H15-19H30 YOGA Ashtanga		19H00-20H15 YOGA Ashtanga		
19H30-20H45 YOGA Ashtanga						



ST PIERRE - STUDIO, 258 rue Marius et Ary Leblond-parking gratuit derrière Le Grand Litier-noter RemedSport sur gps



ST PIERRE - Plage Ravine Blanche Rdv au jardin d'enfant/marché forain - parking gratuit- En salle si mauvais temps



ST LEU - Plein air YOURTES EN SCENE 103 Route Nationale 1, Lieu-dit "Ravine la veuve", niveau radar, route du bas

Cours avec Elsa : Pilates, Yoga Ashtanga et Yoga Prénatal // Cours avec Capucine : Yoga Ashtanga

Cours avec Pauline : Pilates lundi midi et mardi soir // Cours avec Christine : Yoga Kundalini