



BARRE • PILATES
YOGA • MISE EN FORME

HORAIRE PRINTEMPS 2026

SUJET À CHANGEMENT

DU 30 MARS AU 30 JUIN 2026
13 1/2 SEMAINES

STUDIO

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p>PILATES BALLON 9h00 à 10h00 Julie</p>	<p>MUSCULATION AU FÉMININ 9h00 à 10h00 Julie</p>	<p>BARRE FITNESS (Intro) 9h00 à 10h00 Julie</p>	<p>ACCÈS PILATES 9h00 à 10h00 Julie</p>	<p>MISE EN FORME 9h00 à 10h00 Julie</p>	<p>BARRE FITNESS (Intro) 9h30 à 10h30 Julie</p>
<p>MISE EN FORME 10h30 à 11h30 Julie</p>	<p>PILATES STRETCHING 10h30 à 11h30 Julie</p>	<p>YOGA DOUX 10h30 à 11h30 Christine</p>		<p>STRETCHING TONUS 10h30 à 11h30 Julie</p>	<p>STRETCHING TONUS 11h00 à 12h00 Julie</p>
<p>HATHA YOGA FLOW 17h30 à 18h30 Edith</p>		<p>PILATES POUR TOUS 17h45 à 18h45 Julie</p>			
<p>YOGA DOUX 19h00 à 20h00 Edith</p>		<p>STRETCHING TONUS 19h00 à 20h00 Julie</p>			

- BARRE
- PILATES
- YOGA
- MISE EN FORME
- STRETCHING TONUS

POUR EN SAVOIR PLUS >>>





BARRE • PILATES
YOGA • MISE EN FORME

HORAIRE PRINTEMPS 2026

SUJET À CHANGEMENT

DU 30 MARS AU 30 JUIN 2026
13 1/2 SEMAINES

VIRTUEL

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

PILATES BALLON
9h00 à 10h00
Julie

MUSCULATION
AU FÉMININ
9h00 à 10h00
Julie

BARRE FITNESS
(Intro)
9h00 à 10h00
Julie

STRETCHING TONUS
10h30 à 11h30
Julie

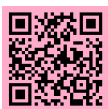
Toute réservation
de cours en ligne
donne accès au
cours EN DIRECT
ET EN DIFFÉRÉ
pendant les 3 jours
suivant la diffusion
originale.

BARRE

PILATES

MUSCULATION AU
FÉMININ

STRETCHING TONUS



POUR EN
SAVOIR PLUS