

Planning de la semaine



Les horaires et les activités peuvent être soumis à des modifications.
Veuillez consulter régulièrement le planning mis à jour sur le site

YOGA PILATES ROUEN SEINE

RESERVATION:
WWW.YOGAPILATESROUENSEINE.FR

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	10h00 Pilates (Aude)				9h30 Pilates (Emmanuelle)	10h00 Méditation et respiration (Léa)
	11h15 Stretching (Aude)				10h45 Pilates (Aude)	11h15 Hatha Yoga (Léa)
12h30 Pilates (Aude)	12h30 Pilates Ball (Aude)	12h30 Hatha Yoga (Cécile)		12h30 Vinyasa Yoga (Aude)	12h00 Vinyasa Yoga (Aude)	
					13h30 Yin Yoga (Aude)	
		16h00 Pilates (Aude)				
17h15 Pilates (Emilie)		17h15 Yin Yoga (Aude)	17h20 Atelier Posture (Aude)			
18h30 Air Dancing Yoga (Emilie)	18h15 Hatha Yoga (Cécile)	18h30 Pilates (Aude)	18h30 Vinyasa Yoga (Aude)			
	19h30 Yin Yoga (Cécile)	19h45 Vinyasa Yoga (Aude)	19h30 Pilates Ball (Aude)			