

# VOTRE PLANNING DE COURS - SEMAINE A

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>09:00</b>						ACCOMPAGNEMENT FITNESS
<b>10:00</b>		YOGA NIDRA			ACCOMPAGNEMENT SALLE FITNESS	CIRCUIT MINCEUR
<b>11:00</b>		YOGA HATHA		YOGA HATHA		FIT BALL
<b>12:00</b>					HIIT	ACCOMPAGNEMENT FITNESS
<b>13:00</b>					RENFO MUSCULAIRE	
<b>16:00</b>						
<b>17:00</b>	RENFO MUSCULAIRE		CIRCUIT MINCEUR	ACCOMPAGNEMENT SALLE FITNESS		
<b>18:00</b>	FIT BALL		RENFO MUSCULAIRE	CIRCUIT MINCEUR		
<b>19:00</b>	YOGA VINYASA		PILATES	PILATES		

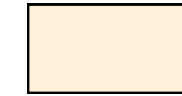
# VOTRE PLANNING DE COURS - SEMAINE B

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>9:00</b>						
<b>10:00</b>		CIRCUIT MINCEUR			ACCOMPAGNEMENT SALLE FITNESS	YOGA HATHA
<b>11:00</b>		FIT BALL		YOGA HATHA		YOGA VINAYASA
<b>12:00</b>		ACCOMPAGNEMENT FITNESS			HIIT	
<b>13:00</b>					RENFO MUSCULAIRE	
<b>16:00</b>						
<b>17:00</b>	RENFO MUSCULAIRE		CIRCUIT MINCEUR	ACCOMPAGNEMENT FITNESS		
<b>18:00</b>	FIT BALL		RENFO MUSCULAIRE	CIRCUIT MINCEUR		
<b>19:00</b>	YOGA VINYASA		PILATES	PILATES		

SEMAINE A



SEMAINE B



FÉVRIER

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

MARS

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AVRIL

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAI

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

JUIN

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

JUILLET

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AOÛT

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**LES TARIFS**

Cours collectif

20€/pers

Coaching personnalisé sur demande

Forfaits 10 séances

180€