


Planning Studio Zen

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		8h15- 9h15 YOGA				
		9h15- 10h15 YOGA		10h- 11h YOGA	9h15- 10h NEW YOGA TONIC	9h30- 10h30 PILATES
10h45- 11h45 MEDITATION	11h15- 12h PILATES	10h15- 11h15 SOPHRO	11h- 11h45 PILATES	11h- 11h45 STRETCH	10h- 10h45 PILATES	
12h15- 13h15 YOGA DOUX	12h15- 13h NEW MOBILITE	12h15- 13h NEW PILATES FUSION	12h15- 13h STRETCH		12h30-13h15 PILATES	
14h- 15h PILATES						
18h15- 19h NEW YOGA TONIC		18h- 19h PILATES	17h30- 18h15 PILATES	18h15- 19h15 PILATES		
	20h15- 21h15 SOPHRO	19h - 20h NEW TAICHI	20h30- 21h STRETCH	19h15- 20h15 NEW YOGA TONIC		

*Toutes les activités sont premium (sur réservation) SAUF les cours en gris *Mobilité & Stretch*