|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|  | Yoga Aérien  10h30/11h30 | Stretching et Postures  10h30/11h30 | Renforcement  Musculaire  10h30/11h30 | Stretching et Postures  10h30/11h30 | Cours Pré et post Natalité  10h30/11h30 | Yoga Aérien  10h30/11h30 |  |
|  | Stretching  Et Postures  12h00/13h00 | Renforcement  Musculaire  12h00/13h00 | Practice Pole Dance Any Level  12h00/13h30 | Renforcement  Musculaire  12h00/13h00 | Yoga aérien  12h00/13h00 | Pole Init/Deb \*1\*  12h00/13h30 | STAGE |
|  | Cours Part ou Tech Zen  14h00/15h30 | Cours Pré et Post Natalité  14h00/15h00 | Yoga Aérien  14h00/15h00 | Cours Pré et post Natalité  14h00/15h00 | Piloxing ®  13h30/14h30 | Pole Deb2\*3 /Inter  14h00/15h30 | STAGE |
|  | Cours part ou Tech Zen  16h00/17h30 | Pole Maman & kids (5/15)  17h00/18h00 | Pole kids  5/15 ans  17h00/18h00 | Cours part ou Tech Zen  16h00/17h30 |  | Privatisation  EVJF | STAGE |
|  | Pole Deb 2\*3\*/Inter  18h30/20h00 | Pole Ini/Deb  \*1\*  18h30/20h00 | Pole Deb 2\*3\*/Inter  18h30/20h00 | Pole Init/Deb  \*1\*  18h30/20h00 | Intervention Entreprise | Privatisation  Anniversaire | STAGE |
|  | Pole Init/Deb\*1\*  20h30/22h00 | Pole Deb 2\*3\*/Inter  20h30/22h00 | Pole Flexibility  Any Level  20h30/21h30 | Pole Force  Any Level  20h30/21h30 |  | Privatisation  Entre Ami(e)s | STAGE |
| 1 semaine sur deux  20h30/21h30 |  |  | Yoga Aérien  20h30/21h30 | Piloxing®  20h30/21h30 |  |  |  |