

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Salle bien être sous sol 25 rue blanche 92800 Puteaux						
9h-10h						Pilates
10h-11h		Equilibre				Pilates
11h-12h		Gym APA			Tai-chi	Pilates
12h30-13h30		Pilates		Renfo		
15h-16h						
17h-18h						
19h-20h		yoga	Renfo			
19h30-20h30				yoga		
20h-21h			stretching			
20h30-21h30				Bollywood		

Pour tout renseignement TEL : 06 16 61 56 48

* RENFO : Renforcement Musculaire

Figure 1 cours Puteaux Figure 2 cours Boulogne

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	samedi	dimanche
Salle Belle- Feuille 147 bd Jean Jaurès impasse Louis Lumière 3ème étage							
9h30-10h30			Tai-chi				
10h-11h							marche active bois de boulogne
11h-12h							
14h-15h							
15h30-16h30				Yoga			
16h30-17h30				Yoga			
Salle lemaitre sous la passerelle 1229 rue vieux pont de sevrès Boulogne							
11h-12h		Tai-chi					
14h-15h						Bachata	
18h15-19h15	yoga						
19h30-20h30		yoga					
20h30-21h30		Bollywood					
20h30-21h30							
Salle Paris 14 rue de Paris code 59210 Boulogne							
11h-12h			Pilates				
Salle Clamart 11 rue de clamart							
19h-20h			Pilates				
Salle Cosec 4/6 rue Victor Griffuelhes Boulogne							
14h15-15h15					Equilibre		
15h15-16h15					stretching		
BOLLYWOD =DANSE INDIENNE / BACHATA= DANSE LATINO							