

LES FONTAINES - COURS COLLECTIFS 2011-2012

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 PILATES® 10h30				9h30 PILATES® 10h30
				11h Qi-Gong 12h
12h15 PILATES® 13h15	12h15 Do-In 13h15	12h30 Sophrologie 13h30	12h40 PILATES® 13h40	12h15 PILATES® 13h15
			16h45 Qi-GONG Relax 17h45	
	17h15 PILATES® 18h15	17h QI GONG 18h		
18h Yoga douceur 19h	18h30 Stretching PILATES 19h30	18h15 QI GONG 19h15	18h PILATES® 19h	
				18h Relax/Energétique 19h
19h30 YOGA 20h45		19h30 QI GONG 20h30	19h15 QI GONG 20h15 avancé	