

# Cours collectifs

## A partir du 1er Mars 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	9h00 <b>PILATES Rose</b> (cancer du sein) Avec Eric Lemblé				
10h15 <b>PILATES Niveau 1</b> Avec Stéphanie Arbogast	10h15 <b>PILATES Posture &amp; Dos</b> Avec Yeşim Ataç Loeffler	10h00 <b>PILATES Mobilité Equilibre Souplesse</b> Avec Eric Lemblé			10h00 <b>PILATES Niveau 1</b> Avec Stéphanie Arbogast
					11h00 <b>GARUDA</b> Avec Stéphanie Arbogast
	12h20 <b>GARUDA</b> Avec Eric Lemblé	12h20 <b>BODY BOXE TRAINING*</b> Avec Eric Lemblé		12h20 <b>PILATES Cuisses Abdos Fessiers</b> Avec Eric Lemblé	
17h00 <b>PILATES Posture &amp; Dos</b> Avec Eric Lemblé					
18h20 <b>PILATES Niveau 1</b> Avec Eric Lemblé	18h00 <b>PILATES Niveau 1</b> Avec Eric Lemblé		18h00 <b>PILATES Intro*</b> Avec Eric Lemblé	18h20 <b>BODY BOXE TRAINING*</b> Avec Eric Lemblé	
19h30 <b>PILATES Niveau 1</b> Avec Stéphanie Arbogast	19h00 <b>PILATES Niveau 2 et 3</b> Avec Eric Lemblé		19h00 <b>GARUDA</b> Avec Eric Lemblé		
20h30 <b>PILATES Niveau 2</b> Avec Stéphanie Arbogast			20h00 <b>BODY DEFENSE TRAINING*</b> Avec Eric Lemblé		

\* Cours de 45 minutes