

HORAIRE DES COURS

HORAIRES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09:30	PILATES		PILATES FUSION	TAI CHI DÉBUTANT			
10:00		QI GONG		QI GONG	HATHA	TAI CHI AVANCE	TAI CHI DÉBUTANT
11:15		YOGA RESTAURATIF			YIN	PILATES	
12:30							
14:30							
15:30						 Veuillez-vous inscrire à l'avance par Whatsapp: +221 77 167 81 66 Les cours sont programmés dès 2 personnes inscrites.	
16:00							
17:00	YIN YANG						
17:30							
18:00				QI GONG			
18:15	YIN						
18:30		QI GONG			PILATES		

