

Body Arts



## Planning 2021/2022

Body Arts



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
09h00/10h00	gym seniors 70 ans+ TREBILLANE			Yoga Vinyasa poly 2 A		pilates+ inter/avancé poly 1	FIT ZEN/GYM AVEC DIANE
10h00/11h					9h30 FIT' stretch VISIO et poly 2 A	pilates poly 1	FIT ZEN/GYM AVEC DIANE
10h15/11h15		Pilates poly 1 et Visio		Pilates Poly 1 A			
11H00/11H50						F'HIIT A OU D POLY 1	
12h30/13h30	Pilates VISIO et poly 1 A			Pilates inter/avance poly 1 reservation sur fitogram	PILATES reservation sur Fitogram DURANNE		
16h a 17h							<i>PLANNING POUVANT ETRE MODIFIE selon frequentation des cours</i>
17h15/18h15					PILATES VISIO ET POLY 1 A		
18h00/19h00	FIT 'DANCE poly 1 A	FIT' ZEN bergerie D		PILATES Bergerie A			
18h30	18H30 / Sophrologie Salle d'escrime COSEC	PILATES VISIO	yoga vinyasa VISIO ET poly 2 A				
18H45							
19h00/20h00		FIT'BOX Bergerie D		Zumba Bergerie A			
19h30/20h30			yoga vinyasa visio et poly 2				<a href="http://www.bodyarts.fr">www.bodyarts.fr</a>

adresse : Poly 1 ou 2 : COSEC av raymond martin 13480 Cabries

Bergerie : av raymond martin 13480 Cabries

Prepasport : rue docteur aynaud 13100 aix Duranne

intervenantes : A: Audrey D: Diane

cecile en sophrologie et sabbine yoga enfant

LIEN COURS VISIO ZOOM : <https://us02web.zoom.us/j/3518617078> ou et / <https://widget.fitogram.pro/body?w=/list-view>