

Planning

Hiver 2025

Lundi

11h00 - 12h00	Pilates Skype
14h00- 17h00	Personal Training ou séance duo ou consultation nutrition *
17h30 - 18h30	Pilates

Mardi

14h00 - 17h00	Personal Training ou séance duo ou consultation nutrition *
---------------	---

Mercredi

8h30 - 17h30	Activité physique extérieure (lieu définit la veille en fonction météo)
14h00 - 17h00	Personal Training ou séance duo ou consultation nutrition *

Jeudi

16h30 - 17h30	Pilates
---------------	---------

* Les séances de personal training, duo, ou les consultations nutrition sont sous rendez-vous. Vous pouvez réserver directement sur le site mais il est préférable de me contacter avant pour vérifier les disponibilités.