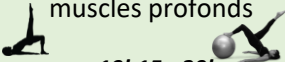


PLANNING vacances toussain

LUNDI 20	MARDI 21	MERCREDI 22	JEUDI 23	VENDREDI 24
	Gym douce renfo musculaire haut et bas du corps doux, stretching 10h15- 11h	L'ATELIER DU DOS renfo musculaire doux ciblé, pilates, stretching 10h15 - 11h		
	Step 18h30 -19h15			
R M renfo musculaire du haut et bas du corps 18h30 - 19h15	PILATES & BALL renfo musculaire des muscles profonds  19h15 - 20h	Aéro Style 18h45 - 19h30		
MIX STEP/AERO Debutant avec STRETCH 19h15 - 20h	STRETCH'N RELAX étirements musculaire stretching (idéal pour les problème de dos) 20h00 - 20h30	MIX C.A.F / Sculpt /stretching renfo musculaire des cuisses, ventre et fessiers 19h30 - 20h15		

