

Planning d'été WELL - juillet ++

Pass d'été - accès à tout - Prix: 80€ - Inscription: assoc@well-paris.com

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
07/07	08/07	09/07	10/07	11/07	12/07
12h30 - 13h30 Gyrokinesis - MarieAlix	12h30 - 13h30 Assouplissement physiologique Fany	11h00 - 12h00 *EPC Yoga pour tous Joan	11h00 - 12h00 Pilates mat Clémentine *EPC	12h30 - 13h30 Gym Dos&Abdos selon méthode Gasquet Hugo	11h00 - 12h15 Pilates Christine
17h15 - 18h15 Be Fit - Sandrine		17h15 - 18h15 Gym douce - Hugo			
19h00 - 20h00 Stretching Postural Tatjana	19h00 - 20h00 Munz Floor Anina	19h00 - 20h15 PortDeBras Isabelle	19h00 - 20h00 Pilates Christine		
14/07	15/07	16/07	17/07	18/07	19/07
	12h30 - 13h30 Assouplissement physiologique Fany	11h00 - 12h00 *EPC Yoga pour tous Joan	11h00 - 12h00 Barre au sol Sandrine *EPC	11h00 - 12h00 *EPC Gym Dos&Abdos selon méthode Gasquet Hugo	11h00 - 12h15 Pilates Stefy
	19h00 - 20h00 Fascia&Pilates Anina	17h15 - 18h15 Gym douce - Hugo	19h15 - 20h15 Stretch&Mobilité Stefy	12h30 - 13h30 Fascia&Pilates Anina	
		19h00 - 20h15 PortDeBras Isabelle			
21/07	22/07	23/07	24/07	25/07	26/07
12h30 - 13h30 Gyrokinesis - MarieAlix	12h30 - 13h30 Gym Dos&Abdos selon méthode Gasquet Hugo	17h15 - 18h15 Qi Gong XiaoLing	11h00 - 12h00 Stretching Postural Tatjana *EPC	11h00 - 12h00 Gym douce Hugo *EPC	11h00 - 12h00 Be Fit Sandrine
17h15 - 18h15 Fascia&Pilates / Anina					
19h00 - 20h00 Stretching Postural Tatjana	19h15 - 20h15 Pilates Stefy	19h00 - 20h00 Barre au sol Sandrine	19h15 - 20h15 Stretch&Mobilité Stefy	12h30 - 13h30 Munz Floor Anina	
28/07	29/07	30/07	31/07	01/08	02/08
12h30 - 13h30 Gyrokinesis - MarieAlix	12h30 - 13h30 Barre au sol Sandrine	11h00 - 12h00 *EPC Yoga pour tous Joan	11h00 - 12h00 Stretching Postural Tatjana *EPC	12h30 - 13h30 Be Fit Sandrine	11h00 - 12h30 Atelier de Bien-être Christine
17h15 - 18h15 Gym douce - Hugo		17h15 - 18h15 Qi Gong - XiaoLing			
19h00 - 20h00 Stretching Postural Tatjana	19h15 - 20h15 Pilates Stefy	19h00 - 20h00 Pilates Clémentine	19h15 - 20h15 Stretch&Mobilité Stefy		

Planning d'été WELL - août ++

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
04/08	05/08	06/08	07/08	08/08	09/08
12h30 - 13h30 Qi Gong - <i>XiaoLing</i>	12h30 - 13h30 Barre au sol <i>Sandrine</i>	17h15 - 18h15 Etirements pour tous <i>Christine</i>		12h30 - 13h30 Be Fit <i>Sandrine</i>	11h00 - 12h15 PortDeBras <i>Christine</i>
17h15 - 18h15 Pilates - <i>Christine</i>					
19h00 - 20h00 Dancing Yoga <i>Christine</i>	19h00 - 20h00 Qi Gong du soir <i>XiaoLing</i>	19h00 - 20h00 Pilates <i>Christine</i>	19h00 - 20h00 Barre au sol <i>Sandrine</i>		
11/08	12/08	13/08	14/08	15/08	16/08
12h30 - 13h30 Qi Gong - <i>XiaoLing</i>	12h30 - 13h30 Etirements pour tous <i>Christine</i>	17h15 - 18h15 Happy fascia <i>Joan</i>	Gymnase fermé 	 Gymnase fermé	 Gymnase fermé
17h15 - 18h15 Yoga pour tous <i>Christine</i>		19h00 - 20h00 Yoga tout niveau <i>Joan</i>			
19h00 - 20h00 Pilates - <i>Christine</i>	19h00 - 20h00 Qi Gong du soir <i>XiaoLing</i>				
18/08	19/08	20/08	21/08	22/08	23/08
12h30 - 13h30 Qi Gong <i>XiaoLing</i>	12h30 - 13h30 Assouplissement physiologique <i>Fany</i>	17h15 - 18h15 Yoga pour tous <i>Joan</i>	11h00 - 12h00 Pilates mat *EPC <i>Clémentine</i>	12h30 - 13h30 Feldenkrais <i>Fany</i>	11h00 - 12h00 Yoga pour tous <i>Fany</i>
17h15 - 18h15 Pilates - <i>Christine</i>					
19h00 - 20h00 Dancing Yoga <i>Christine</i>	19h00 - 20h00 Happy fascia <i>Joan</i>	19h00 - 20h00 Pilates <i>Clémentine</i>	19h00 - 20h15 PortDeBras <i>Christine</i>		
25/08	26/08	27/08	28/08	29/08	30/08
12h30 - 13h30 Qi Gong - <i>XiaoLing</i>	12h30 - 13h30 Assouplissement physiologique <i>Fany</i>	17h15 - 18h15 Qi Gong <i>XiaoLing</i>	11h00 - 12h00 Pilates mat *EPC <i>Clémentine</i>	12h30 - 13h30 Gym douce <i>Hugo</i>	11h00 - 12h15 PortDeBras <i>Christine</i>
17h15 - 18h15 Gym Dos&Abdos <i>Hugo</i>					
19h00 - 20h00 Barre au sol - <i>Sandrine</i>	19h00 - 20h00 Happy fascia <i>Joan</i>	19h00 - 20h00 Stretching Postural <i>Isabelle</i>	19h00 - 20h00 Pilates <i>Christine</i>		