



KINESISS

PLANNING COURS 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	WEEK - END
9:00 - 10:00 PILATES - Laura		9:30 - 10:30 PILATES - Laura		9:30 - 10:30 REFORMER DUO - Laura	STAGES - EVENEMENTS PONCTUELS TOUTE L'ANNÉE SE RENSEIGNER AUPRES DES PROFESSEURS ET ORGANISATEURS.
10:30 - 11:30 REFORMER DUO - Laura					
		12:15 - 13:15 PILATES - Laura		12:15 - 13:15 REFORMER DUO - Laura	
				13:30 - 14:30 REFORMER DUO - Laura	
17:00 - 18:00 PILATES - Isabelle		17:20 - 18:20 PILATES - Laura	17:15 - 18:25 YIN ORGANIC - Mégane		
18:30 - 19:30 PILATES - Laura	18:00 - 19:00 PILATES - Christine	18:30 - 19:30 PILATES - Laura	18:30 - 19:40 HATHA FLOW - Mégane		
20:00 - 21:10 HATHA FLOW - Mégane	19:00 - 20:00 PILATES - Christine	19:45 - 20:45 YOGA - Michel	19:45 - 20:55 YIN YOGA - Mégane		

Notes

- La réservation des cours se fait auprès des professeurs concernés.
- Nous pratiquons en petit groupe afin de garder un esprit familial et sécuritaire. Pensez à réserver vos cours en avance afin de garantir votre place.

+33 6 82 08 23 77 | @kinesiss74 | www.kinesiss74.com