

# PLANNING STUDIO ZEN ANTIBES SEPTEMBRE 2016

**Lundi      Mardi      Mercredi      Jeudi      Vendredi      Samedi      Dimanche**

	8h00 Yoga dynamic	9h15 Pilates exp 9h45 Pilates ring	8h00 Yoga dynamic	9h15 Pilates exp 9h45 Pilates foam	8h15 Pranayama 8h45 Yoga dynamic	
10h30 Yoga détente	10h00 Pranayama 10h30 Yoga Ashtanga		10h30 Pilates mat	11h15 Yoga dynamic	8h45 Pilates foam 9h30 Pilates exp	9h15 Yoga dynamic
13h15 Bodybalance 14h30 Pilates mat	12h30 Pilates mat	12h30 Yoga dynamic 14h15 Yoga méditatif	12h30 Pilates Foam 14h30 Yoga dynamic doux	12h30 Yoga détente	10h00 Pilates swiss	
17h45 Pilates mat	17h00 Pilates swiss	16h00 Pilates Swiss 17h45 Pilates avancé	17h00 Pilates Foam		12h00 Yoga détente	
19h35 Yoga dyn. avancé	18h45 Pilates ring	18h45 Yoga dynamic	18h45 Bodybalance	19h15 Pilates ring		