

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h-10h > Pilates Isabelle			9h-10h > Pilates Isabelle		Matinées Ateliers
10h-11h > Stretching Isabelle	10h-11h > Feldenkrais Delphine		10h-11h > Pilates Isabelle		
11h-12h > Stretching Isabelle		11h-12h > Pilates Sébastien	11h-12h > Do In Florence		
			12h15-13h30 > Yoga Mélanie		
		15h15-16h15 > Pitchou'mouv Isabelle			Contacts : Céline : 07 66 05 62 72 Mélanie : 07 45 06 75 78 Delphine : 06 81 08 33 93 Florence : 06 65 70 16 50 Isabelle : 06 76 99 79 40 Sébastien : 06 32 20 90 47
	17h15-18h > Stretching Sébastien				
18h-19h Gym Hypopressive Débutants Céline	18h15-19h15> Pilates machines Sébastien	18h15-19h15 Pilates Sébastien	18h-19h > Stretching Isabelle ----- 18h15-19h15 > Pilates Machines Sébastien	18h15-19h15 > Pilates Sébastien	
19h-20h > Do In Florence	18h30-19h30 Gym Hypopressive Experts Céline	19h30-20h30 Cuisse/Abdos/ Fessiers Sébastien	19h-20h > Pilates Isabelle	19h15-20h > Stretching Sébastien	

Point Equilibre
8 avenue de Laguiolle
Espalion

