



PLANNING juillet-août 2023

sous réserve de modification

Les cours durent 60 min

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche
Studio Fribourg	Studio Bulle	Studio Fribourg	Studio Bulle	Studio Fribourg	Studio Bulle	Studio Fribourg	Studio Bulle	Studio Fribourg	Studio Bulle	Studio Fribourg	Studio Bulle	
							12:15 Yoga Aérien - Marilyne		12:15 Pole Tous Niveaux - Luna Johanna		10:00 Pole Start & Pole Débutant - Luna Johanna <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	
											10:00 PRACTICE Cerceau	
											11:15 Pole Tous Niveaux - Luna Johanna	
18:15 Pole 1er inversion & inter premiers pas - Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	18:30 PoleGymnastic Tous Niveaux - Lauriane	17:30 Pole START - Tania	18:00 Pole Intermédiaire - Marilyne	17:30 Yoga Vinyasa - Mind&Movement une semaine sur deux	18:00 Pole 1er inversion & inter premiers pas - Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	17:30 Cerceau Initiation/ Débutant - Mara		18:00 - 20:00 AcroYoga Débutant - Marie-Luce une fois sur deux		18:00 Pole Flow Tania Signature Class (dès Inter) Monique une semaine sur deux		
18:15 PRACTICE POLE	18:30 PRACTICE POLE	18:45 Pole Signature Class (dès Inter) - Tania	19:00 Pole Choregraphie - Marilyne	18:45 Pole Inter & Pole Avancé - Marilyne <small>(cours pour 2 niveaux)</small>		18:45 Cerceau Tous Niveaux - Mara			19:15 Pole START et Pole Débutant - Tania Monique			
19:15 Pole START & Pole Débutant - Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	19:45 Pole Débutant & Débutant Upside Down - Lauriane <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	18:45 PRACTICE Cerceau	20:00 Souplesse - Marilyne	18:45 Cerceau Tous Niveaux - Martina	20:30 Pole START - Murielle	18:45 PRACTICE POLE						
			20:00 PRACTICE POLE	20:00 Yoga Aérien - Marilyne		20:00 Souplesse - Mara						

INFORMATIONS: Legendes

Cours Non POLE

Cours hors abo

ZOOM & Live

cours valable avec le pack bien-être