



PLANNING été 2024

sous réserve de modification

Les cours durent 60 min | planning valable juillet - août 2024
Vacances d'été 22 juillet au 11 août 2024

1 semaine sur 2

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 - TBD Johanna		10:00 Pole Start & Pole Débutant - Johanna Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>		
										10:00 PRACTICE Cerceau		
										11:15 Pole Tous Niveaux - Johanna Monique		
18:15 Pole 1ères inversion & inter premiers pas - Monique <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	18:30 Pole START et Pole Débutant - Lauriane	17:30 Pole START - Tania	18:00 Pole Inter & Pole Avancé - Marilyne	17:30 Yoga Aérien - Mind&Movement	18:00 Pole 1ères inversion & inter premiers pas - Monique <small>(cours pour 2 niveau)</small>					18:00 Pole Flow - Tania Monique		
18:15 PRACTICE POLE	18:30 PRACTICE POLE	18:45 Pole Signature Class (dès Inter) - Tania	19:00 Pole Choregraphie dès Inter - Marilyne	18:45 Pole Inter & Pole Avancé - Marilyne <small>(cours pour 2 niveaux)</small>	19:15 Pole Start & Pole Débutant - Murielle	18:30 Cerceau Initiation/ Débutant / Inter - Monique	18:30 Pole Silk - Lauriane			19:15 Pole Choregraphie dès débutant - Tania Monique		
19:30 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		18:30 PRACTICE POLE	19:40 Souplesse - Méline					
		20:00 Salle réservé Externe	20:00 PRACTICE POLE	20:00 Yoga Aérien - Marilyne								

INFORMATIONS: Legendes

ZOOM & Live Cours hors abo	Pole Junior dès 7ans Cours "on the mat"	ZOOM ONLY cours valable avec le pack bien-être	* Selon dates www.polemovement.ch
-------------------------------	--	---	---

Nouveau NEW selon dates & thème