

Liste des horaires Corestudio

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9:00H	Ab/dos/ périnée niveau 2 Sandro	Ab/dos/ périnée Niveau 1	Abdos Fitball (sur ballon)	Hatha Yoga Flow	Hatha Yoga Flow
9:15H					
9:30H					
9:45H					
10:00H					
10:15H					
10:30H					
10:45H					
11:00H					
11:15H					
11:30H					
11:45H					
12:00H					
12:15H					
12:30H					
12:45H					
13:00H					

Horaire 13:15H	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
13:30H					
13:45H					
14:00H					
14:15H					
14:30H					
14:45H					
15:00H					
15:15H					
15:30H					
15:45H					
16:00H					
16:15H					
16:30H					
16:45H					
17:00H					
17:15H					
17:30H				Ab/dos/ périnée niveau	

17:45H Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Niveau Jeudi	Vendredi
18:00H					
18:15H					
18:30H					
18:45H					
19:00H			Hatha Yoga Postural		
19:15H					
19:30H					
19:45H					
20:00H					
20:15H					
20:30H					
20:45H					

Liste des horaires En ligne

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9:00H					
9:15H					

9:30H	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9:45H					
10:00H					
10:15H					
10:30H					
10:45H					
11:00H					
11:15H					
11:30H					
11:45H					
12:00H					
12:15H					
12:30H					
12:45H					
13:00H					
13:15H					
13:30H					
13:45H					
14:00H					

14:15H	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
14:30H					
14:45H					
15:00H					
15:15H					
15:30H					
15:45H					
16:00H					
16:15H					
16:30H					
16:45H					
17:00H					
17:15H					
17:30H					
17:45H					
18:00H					
18:15H					
18:30H					
18:45H					

Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
19:00H					
19:15H					
19:30H					
19:45H					
20:00H					
20:15H					
20:30H					
20:45H					

Et aussi dans d'autres salles !!

Cours Ab/dos/périnée tous Niveau

Notre horaire :

- Mardi 17H30: Abdo/dos/périnée avec Sandro
- Mardi 18H30: Abdo/dos/périnée avec Sandro

Adresse :

☐ Salle l'Espoir 32, rue Mosty 4671 Saive, situé juste à droite de l'Eglise de Saive

Tarif :

- 12 € / Cours
- 120 € / 10 Cours + 1 Gratuit