

PLANNING KINE SPORTS SANTE – 2019/2020

HORAIRES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
8h45/ 9h45			Atelier de médiation			
9H30/ 10H30		Pilates déb. Gym Dos Mail14 Stretching			Gym dos Mail 14	Pilates interm. Gym Dos Mail14 Stretching Circuit Training
10H45/ 11H45	Atelier de méditation	Rose Pilates	Condition physique		Pilates débutant	Ecole du dos
12H/13H			Condition physique		Pilates interm.	
17h15						
18H/19H	Pilates Interm. Circuit Training		Atelier de Sophrologie	Pilates déb. Gym Dos Stretching		
19H/ 20H		Pilates interm. Gym dos Mail14	Sophrologie Cours collectif	Pilates Débutant		
20H15/ 21H15				Condition Physique		

Servane COSQUERIC – ecoledudos35@gmail.com – 06.76.30.70.84 – www.kine-sports-sante.fr

Lucie DOREAU - lucie.sophro@gmail.com - 07.69.12.10.23

Jean Marc FORICHER – jeanmarc@santesport.com – 06.62.37.05.13

Samuel BUFFEL – dozenetdokibu@free.fr - 06.08.10.86.77