



Studio Plénitude



PLANNING 2026-2027

HORAIRES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h - 9h	Garuda		Barre Ballet Pilates		Pilates machines
9h - 10h	Séance individuelle	Réservé	Séance individuelle	Barre Ballet Pilates	Séance individuelle
10h - 11h	Séance individuelle	Réservé	Pilates machines	Pilates tapis	Séance individuelle
11h - 12h	Séance individuelle	Séance individuelle	Garuda	Réservé	Réservé
12h30 - 13h30	Pilates machines	Réservé	Réservé	Pilates machines	Pilates tapis
15h - 16h	Garuda				
16h - 17h	Séance individuelle		Pilates machines		
17h - 18h	Séance individuelle		Pilates tapis		
18h - 19h	Pilates machines	Réservé	Barre Ballet Pilates	Stage mensuels	
19h15 - 20h15	Garuda	Réservé	Réservé	Stage mensuels	
20h15 - 21h15	Séance individuelle		Garuda Roller		