

PLANNING ADDICT POLE 2023 / 2024

LUNDI	SALLE 1		ACCÈS LIBRE			19h00- 20h00 CROSS TRAINING All Level	
	SALLE 2					18h30 - 19h45 POLE DANCE Deb 3 / Inter 1	ACCÈS LIBRE
	SALLE 3		12h15 - 13h30 POLE DANCE All Level			18h30 - 19h45 CERCEAU ou HAMAC INTER / AVANCEE	20h00 - 21h15 POLE DANCE Initiation / Débutant
MARDI	SALLE 1					18h30 - 19h45 POLE DANCE Initiation / Débutant	20h00 - 21h15 HEELS All Level
	SALLE 2	ACCÈS LIBRE				19h00 - 20h15 YOGA VINYASA All Level	ACCÈS LIBRE
	SALLE 3	10h45 - 12h00 POLE DANCE All Level				18h45 - 19h45 POLE EXOTIC All Level	20h00 - 21h15 POLE DANCE Deb 3 / Inter 1
MERCREDI	SALLE 1			ACCÈS LIBRE			
	SALLE 2	9h30 - 10h45 YOGA VINYASA Contacter Géraldine pour ce créneaux					19h30 - 20h45 YOGA VINYASA Inter / Avancée
	SALLE 3			15h00 - 16h30 POLE ADO A partir de 10 ans	16h30 - 17h45 POLE DANCE All Level	18h00 - 19h00 STRETCHING All Level	19h15 - 20h30 POLE DANCE Deb 2 / 3
JEUDI	SALLE 1		ACCÈS LIBRE			18h00 - 19h15 YOGA HATHA Contacter Géraldine pour ce créneaux	ACCÈS LIBRE
	SALLE 2					19h00 - 20h15 POLE DANCE Initiation /Débutant	
	SALLE 3		12h15 - 13h30 POLE DANCE All Level			18h45 - 19h45 POLE CHOREO All Level	20h00 - 21h15 POLE DANCE Inter / avancé
VENDREDI	SALLE 1					ACCÈS LIBRE	
	SALLE 2					18h45 - 20h00 POLE DANCE Deb 3 / Inter	
	SALLE 3					18h45 - 19h45 RAGGA All Level	20H00 - 21H15 CERCEAU ou HAMAC Initiation / Débutant
SAMEDI	SALLE 1						
	SALLE 2	ACCÈS LIBRE		ACCÈS LIBRE		Pour les créneaux cours privé et vos événements (EVJF, anniversaire) merci de contacter le Studio par e-mail ou téléphone.	
	SALLE 3	10h45 - 12h00 POLE DANCE Inter 1		13h00 - 14h15 POLE DANCE Initiation / Débutant			

* COURS YOGA MERCREDI ET JEUDI
CONTACTER GÉRALDINE
07 77 36 34 53